

कृषक प्रशिक्षण निर्देशिका
सुसमन्वित चास व्यवस्था

किसानों के लिये प्रशिक्षण निर्देशिका
स्थायी समेकित खेती

कृषकहरूका लागि तालिम निर्देशिका
दिगो एकीकृत कृषि प्रणाली

Concept **Anshuman Das, Welthungerhilfe**
Translation **Forward (Nelpal), AVF (Jharkhand, India)**
Drawings **Taufik Riaz**
Design and Layout **Abhijit Das, DRCSC**

BMZ



Federal Ministry
for Economic Cooperation
and Development



For a world without hunger

आपनार उ॒त्पादन बाबझ। आप कितने तरीके से उत्पादन ले पा रहे हैं?। तपाईको उत्पादन प्रणाली कस्तो छ ?



पद्धति

१५-२० जन कृषकेर सङ्गे ७-८ घण्टार
दलगत आलोचना

मूल विषय

उत्पादनेर नानारकम उत्सेर मध्ये योगायोग
ओ सम्पर्क स्थापन करते पारले चाखेर खरच ओ
रुँकि कमे, उत्पादन ओ आये वैचित्र आसे।

आलोचना सूत्र

- की देखा याछे ? आपनार बाड़िते कि एई
सबगुलि आछे ?
- एर थेके बेशि किछु आछे की ?
तार व्यवहार की ?
- एरा कि परस्परके साहाय्य करे ? कीभावे ?

भावना

एईरकम आदर्श उत्पादन व्यवस्था करते आपनार
की की लागवे ?

प्रक्रिया

१५ से २० किसानों के साथ समूह परिचर्चा,
समय ३ से ४ घंटे

मुख्य संदेश

विभिन्न घटकों के बीच आपस का संबंध
जोड़ देने से उत्पादन के लागत में कमी
आती है और साथ ही उत्पादन में जोखिम
भी कम होता है।

घरेलू स्तर पर पोषण के स्रोत और
आमदनी के तरीके बढ़ जाते हैं।

चर्चा के बिन्दु

- आपने क्या देखा? क्या आपके घर पर ये
सभी चीजें मौजूद हैं?
- क्या इनके अतिरिक्त भी आपके यहाँ कुछ
और हैं? इसका क्या उपयोग करते हैं?
- क्या ये सभी चीजें एक दूसरे को मदद
करती हैं? यदि हाँ तो कैसे?

सोचें

इस तरह का आदर्श उत्पादन तरीका
अपनाने के लिये आपको क्या करना होगा?

विधि

समूह छलफल, १५ देखी २० किसानहरु,
३ देखी ४ घण्टा

मुख्य सन्देश

विभिन्न वस्तुहरु बीचको आपसी सम्बन्धबाट
उत्पादन लागत र जोखिम घट्न जान्छ भने
आम्दानी र पोषणका विविध स्रोतहरु
उपलब्ध हुन्छ ।
















छलफल विषयहरु

- तपाईंले यसमा के देखनु भयो ? के तपाईंको
घरमा यी सबैचिजहरु छन्?
- यस बाहेक तपाईंको घरमा अन्य केही
छन्कि ? त्यसको प्रयोग के हो ?
- के यिनीहरु मध्ये कुनैले एक अर्कालाईसहयोग
गर्छन ? यदि गर्छन् भने कसरी ?

बिचार गर्नुहोस्

तपाईंलाईयस अनुरूपको नमूना उत्पादन प्रणाली
बनाउन के कुराको आवश्यकता पर्दछ ?

বছর জুড়ে অভাবের তালিকা । निरान या अभाव का समय । अभावको मौसम वा समय

पद्धति

१५-२० जन कृषकेर सङ्गे ७-८ घण्टार
श्रुतुभित्तिक दिनपञ्जिका

मूल विषय

आपनार सारा बहरेर चाहिदा ओ योगानेर
सङ्गे आवहाओया जलवायुर घनिष्ठ सम्पर्क आछे

आलोचनार सूत्र

- साराबहर जुड़े खाद्य, गोखाद्य, ज्वालानि,
पानीय जल, चायेर जल एवं काज/काँचा
टाकार की रकम ठाँपड़ा ह्य ?
एदेर अभाव आपनि की रकमभावे पूरणेर
चेष्टा करेन ? (प्रथम ७टि)
- प्राकृतिक विपर्यय, वृष्टिपात ओ तापमात्रार कि
रकम लठापड़ा ह्य ?
- एई ठाँपड़ार सुयोग आमरा कि कोनभावे
नतून फसल करते पारि ?

भावना

अभावेर समयगुलि माथाय रेखे आमरा कि
कोनभावे नतून फसल करते पारि ? वृष्टिपात
वा तापमात्रार सुयोग किभावे नेओया याय ?

प्रक्रिया

15 से 20 किसानों के साथ जमीन या
चार्ट पेपर पर मौसमी कैलेन्डर तैयार
करना। समय 3 से 4 घंटे

मुख्य संदेश

प्राकृतिक मौसम के परिवर्तन और आपकी
बुनियादी जरूरतों के बीच सीधा संबंध है।

चर्चा के बिन्दु

- आपके यहाँ किस मौसम में खाद्यान्न,
चारा, जलावन, पेयजल, सिंचाई जल
और नगदी की क्या स्थिति रहती है।
किस मौसम में किस तरह की किल्लत
रहती है? इसका समाधान आप कैसे
करते हैं?
- प्राकृतिक आपदा, वर्षा और तापमान की
स्थिति किस मौसम में कैसी रहती है?
- क्या आपको इन सभी बातों में कुछ
अच्छी बात भी नजर आती है?

सोचें

क्या आप नई फसलों या संभावनाओं के
बारे में सोच सकते हैं जिससे आपकी
मौसमी कठिनाई दूर हो सके? क्या हम
इसमें प्रकृति के चक्र का उपयोग कर
सकते हैं?

विधि

मौसमी पात्रो कागज वा भुईमा बनाउने,
१५ देखी २० जना किसान, ३ देखी ४ घण्टा

मुख्य सन्देश

आधारभूत आवश्यकताहरु र प्राकृतिक मौसमी
परिस्थिती बीच सम्बन्ध रहेको हुन्छ ।







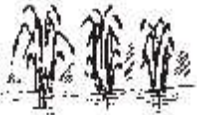





छलफलका बिषयहरु

- कुन मौसममा खाद्यान्न, घाँस, दाउरा,
खानेपानी, सिँचाईर पैसा (अघिल्लो ६) उपलब्ध
हुन्छ? तीनको अभावलाईहामी कसरी
व्यवस्थापन गर्दछौं?
- विपद्, बर्षार तापक्रम अनुसारको मौसम/समय
कुन हो ?
- तपाईंले यिनीहरुमा कुनैसकारात्मक कुरा
देखनुहुन्छ ?

बिचार गर्नुहोस्

हाम्रो अभावको अवस्थालाईकम गर्नतपाईंको
क्षेत्रमा कुनैनयाँ बालीहरु अथवा अन्य
सम्भावनाहरुका बारेमा सोचन सक्नुहुन्छ ? के
प्राकृतिक परिस्थितीलाईहाम्रो अभाव कम
गर्नेसहयोगीका रुपमा प्रयोग गर्नसक्छौं?

আপনার গ্রামের উৎপাদন ব্যবস্থা । अपने गाँव के उत्पादन के तरीकों को समझें
 । तपाईको गाउँको उत्पादन प्रणालीको बारेमा थाहा पाउनुहोस्

पद्धति

१५-२० जन कृषकेर सङ्गे ७-८ घण्टा धरे
मरशुमभित्तिक दिनपञ्जी

आलोचना सूत्र

- नीचुजमि, उँचु जमि, सङ्ग्रह करा खाद्य, मजार विक्रयजात जिनिम, सङ्रक्षण करे राखार मतो जिनिम- कोन मरशुमे एई सङ्क्रान्त की काज ह्य ?
- आपनि कि एखन कोन समस्या देखते पाछेन ? येमन- यथेष्ट वैचित्र नेई वा कोन मरशुमे विशाल फाँक अथवा बाजारे विक्रि ह्छे ना ?
- आपनि प्रति बहर फसल घुरिये फिरिये करेन ?
- एमन कोन फसल आछे या आपनार छोटबेलाय छिल अथच एखन नेई ।

भावना

- प्रकृति ओ आवहाओयार सङ्गे एई मरशुमभित्तिक कमन चक्रेर कोन सम्पर्क आछे ?
- गत १०-१५ करे आपनार ग्रामेर उँपादन व्यवस्था कि बदलेछे ?

प्रक्रिया

१५ से २० किसानों के साथ जमीन या चार्ट पेपर पर मौसमी कैलेन्डर तैयार करना । समय ३ से ४ घंटे

चर्चा के बिन्दु

- आपके यहाँ किस मौसम में दोन खेत, घरबारी, टांड से कौन सी फसल प्राप्त होती है? जंगल से किस मौसम में किन वस्तुओं का संग्रह करते हैं, बाजार में किस मौसम में किन वस्तुओं का विक्रय करते हैं और किस मौसम में किन वस्तुओं का प्रसंस्करण करते हैं ।
- क्या आपको किसी तरह की समस्या का अनुभव होता है – जैसे पर्याप्त मात्रा में विविधता का नहीं होना, बाजार तक सीधी पहुँच नहीं होना या बहुत मुश्किल से पहुँच होना ।
- क्या आप परवर्ती वर्ष में फसलों को बदलते हैं । क्या आपके गाँव में ऐसी फसलें हैं जो आपके बचपन में तो मिलती थीं पर अब नहीं मिलती ।।

सोचें

क्या आपको लगता है कि इस तरह की घटनाओं से मौसम के प्राकृतिक परिवर्तन का कोई संबंध है?

क्या आपने समय के साथ उत्पादन में किसी तरह का कोई परिवर्तन अनुभव किया है? खास कर पिछले अभ्यास में जलवायु परिवर्तन की घटना के साथ संबंध जोड़ कर ।

विधि

- मौसमी पात्रो कागज वा भुई, १५ देखी २० किसान, ३ देखी ४ घण्टा

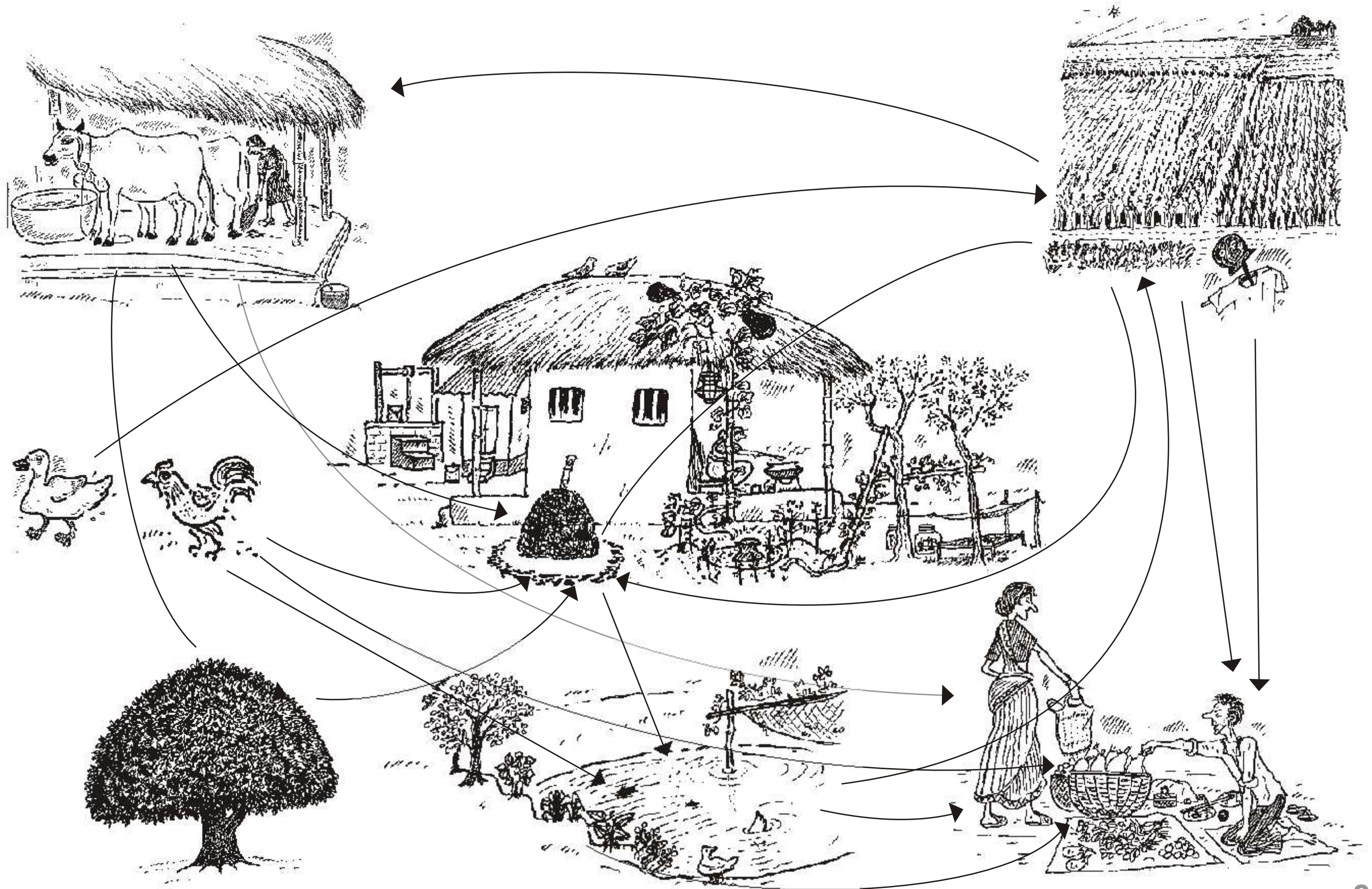
छलफलको विषयहरु

- कुन समय/मौसममा खेत, पाखो र घरबगैचामा बाली लगाईन्छ, जंगलबाट बाली संकलन गरिन्छ, बजारमा उत्पादनको बेचबिखन गरिन्छ वा बाली प्रशोधन गरिन्छ ?
- तपाईंले हाल यसमा कुनैसमस्या (जस्तैपर्याप्त बाली विविधता नहुनु अथवा ठूलो समय खाली रहनु अथवा बजार पहुँच नहुनु आदि) भोग्नु भएको छ कि ?
- के तपाईंबर्षैपिच्छे फरक बाली लगाउनुहुन्छ ? अथवा बाली चक्र अपनाउनु हुन्छ ?
- तपाईंले बाल्यावस्थामा यस क्षेत्रमा देखनुभएको तर हाल हराएको कुनैबाली छ कि ?

बिचार गर्नुहोस्

- के तपाइलाईयस किसिमको परिवर्तन हुनुमा प्राकृतिक तत्व (जस्तैमौसम) को असर हो भन्ने लाग्छ ?
- के तपाईंले प्राकृतिक तत्वका कारण केही बर्षयता बालीनालीको उत्पादनमा परिवर्तन भएको पाउनुभएको छ ?

सुसम्बन्धित चास व्यवस्था । समेकित खेती प्रणाली का एक परिचय । एकीकृत कृषि प्रणालीको परिचय



पद्धति

१५-२० दल कृषकेर सङ्गे ७-८ घण्टा धरे
दलगत आलोचना

मूल विषय

- ये कोन एकटि बर्ज्य यदि अन्य कारोर प्रयोजने लागानो याय तवे आपनार सारेर खरच कमवे
- ये कोन एकटिर सङ्गे (येमन पुकुर) अन्य नाना व्यवह्जा जोडा याय (येमन लताने गाछेर जन्य माचा, धापे धापे चाष) याते जायगार सम्पूर्ण व्यवहार करा
- यदि नाना रकमेर ओ नाना धरनेर गाछ गाछालि, पशु पाखि ओ उत्पादन व्यवहार मिश्रचाष करा याय ताते आपनिओ सारा बहर धरे खाद्य ओ आयेर सुयोग पाबेन ।

आलोचना सूत्र

आमरा कि एरकम चाष व्यवह्जा करते पारि ? तार जन्य की की लागवे ?

प्रक्रिया

15 से 20 किसानों के साथ समूह चर्चा।
समय 3 से 4 घंटे

मुख्य संदेश

- यदि एक फसल या तंत्र का कचरा या अपशिष्ट बेकार सामग्री का उत्पादन दूसरी फसल या उपतंत्र के लिये पूंजी के रूप में किया जाय तो उत्पादन के लागत में कमी आती है।
- एक तंत्र (जैसे तालाब आदि) के अन्दर भी एक से अधिक उत्पादन और तरीके अपनाये जायें (जैसे मेड़ से मचान बना कर पानी के उपर लत्तेदार सब्जियों की फसल लेना, तालाब पर सीढ़ीनुमा मेड़ बनाकर उसपर खेती आदि) तो बेहतर उत्पादन के लिये कम जगह का भी समुचित उपयोग किया जा सकता है।
- यदि तंत्रों की विविधता, प्रजाति भेद और विभिन्न घटकों को बढ़ाया जाय तो एक परिवार के लिये सालो भर के पोषण और आय की सुरक्षा सुनिश्चित की जा सकती है।

चर्चा के बिन्दु

क्या हम इस तरह के किसी उत्पादन पद्धति के बारे में सोच सकते हैं? इसे अपने यहाँ लागू करने में हमें क्या कठिनाईयाँ हो सकती हैं?

विधि

- समूह छलफल, १५ देखी २० जना किसान, ३ देखी ४ घण्टा

मुख्य सन्देश

- यदि एकातिरबाट निस्किएको खेरजाने चिज/बस्तु अर्कोतिर प्रयोग गरियो भने तपाईंको मलमा हुने लगानी कम हुन्छ ।
- कुनैएउटा प्रणाली (जस्तैपोखरी) मा अरु थुप्रैबस्तुहरु लगाउन सकिन्छ (डिलमा लहरे बाली, किनारमा सिँठी बनाईबाली लगाउने आदि) जसले गर्दाजमिनको अधिकतमप्रयोग गर्नसकिन्छ ।
- यदि विविध किसिमको प्रणाली, बस्तु वा प्रजातीहरु बढाइयो भने कृषक परिवारले वर्षभर नैविविध पोषण प्राप्त गर्नुका साथैआयआर्जन गर्नसक्दछ ।

छलफलका बिषयहरु

- के हामी हाम्रो उत्पादन प्रणालीलाईयसरी गर्ने भन्ने सोच बनाउन सक्छौं? यसका लागि केके समस्याहरु हुन सक्दछन् ?

आपना सम्पद । अपने संसाधनों को जानें । तपाईको स्रोत साधनहरुको मुल्याङ्कन / (पहिचान)







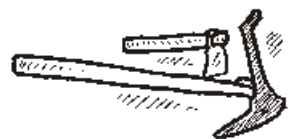














पद्धति

ये कोन एकजन कृषकेर साथे २ घण्टा धरे

मूल विषय

आमरा अधिकांश समयेई आम्रादेर सम्पदेर सम्पूर्ण व्यवहार करि ना

आलोचनार सूत्र

- कोन सम्पद कतखानि करे आछे ? आमरा किभावे ता व्यवहार करि ? एर थेके ভালोभावे व्यवहार करा संभव ?
- आपनार माटि कि रकम

भावना

- आपनार चाहिदा कतटा ? एई सम्पद थेके कि आपनार चाहिदा मिटे याय ?
- एई सम्पद थेके उत्पादन ओ आय कीभावे बाड़ानो याय ? विशेषत अभावेर समये ?
- सुसम्नित चाष व्यवज्ञा कि उत्पादन ओ आय बाड़ानो संभव ?

प्रक्रिया

व्यक्तिगत रूप से किसान के साथ बातचीत समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

उहम प्रायः अपने पास उपलब्ध संसाधनों का पूरा उपयोग नहीं कर पाते हैं।

चर्चा के बिन्दु

- आपके पास कौन से संसाधन कितनी मात्रा में उपलब्ध हैं? आप उनका उपयोग किस तरह करते हैं? क्या इनका और भी बेहतर उपयोग किया जा सकता है?
- आपके यहाँ मिट्टी किस प्रकार की है?

सोचें

- आपकी जरूरतें क्या हैं? क्या आपके पास उपलब्ध संसाधन इन जरूरतों को पूरा करने के लिये पर्याप्त हैं?
- इन संसाधनों से अधिकतम उत्पादन को किस तरह प्राप्त किया जा सकता है? विशेष कर के अभाव के समय में?
- क्या विभिन्न उपतंत्रों को अपस में जोड़ने से आपको कुछ लाभ हो सकता है?

विधि

एकजना किसान, २ घण्टा

मुख्य सन्देश

कृषकहरुले प्रायः आफूसंग उपलब्ध स्रोत साधनहरुबाट सम्भावित उत्पादन क्षमताको पूर्णरूपमा उपभोग गरेका हुँदैनन्।













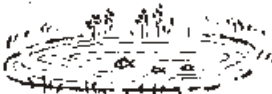
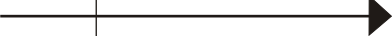
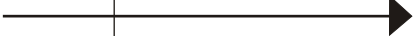









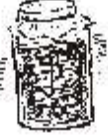



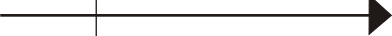
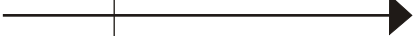
छलफलका विषयहरु

- तपाईंसंग के कति मात्रामा उत्पादनका स्रोत साधनहरु छन्? त्यसलाईकसरी प्रयोग गर्नुहुन्छ ? के हामी त्यसलाईअझ राम्रो तरिकाले उपयोग गर्नसक्छौं?
- तपाईंको खेत बारीको माटो कस्तो छ ?

बिचार गर्नुहोस्

- तपाईंलाईकेके कुराको आवश्यकता पर्दछ ? तपाइको आवश्यकता परिपुर्तिका लागि यी स्रोत साधनहरु पर्याप्त छन् ?
- कसरी यी स्रोत साधनहरुको अधिकतमउपयोग गरी बढी उत्पादन लिन सकिन्छ साथैअभावको समय/मौसममा आफूलाईआवश्यक चिजहरुको व्यवस्था गर्नसकिन्छ ।
- के विभिन्न उपप्रणालीहरुको संयोजन गरिएमा यो सहयोगी हुनसक्छ ?

आपनार चाष ब्यबहार परिकल्पना | अपने उत्पादन तंत्र की योजना बनायें | कृषकको उत्पादन प्रणालीको योजना

			
	<p>माटिर स्वाहा, जनेर ब्यबहार, फसल, गाह मिट्टी की जानकारी, जल प्रबंधन, फसल, पेड़ स्वस्थ जमिना, सिँचाईको व्यवस्थापन, बाली, विरुवा,</p>		
	<p>माटिर स्वाहा, जनेर ब्यबहार, फसल, गाह मिट्टी की जानकारी, जल प्रबंधन, फसल, पेड़ स्वस्थ जमिना, सिँचाईको व्यवस्थापन, बाली, विरुवा,</p>		
	<p>माटिर स्वाहा, जनेर ब्यबहार, फसल, गाह मिट्टी की जानकारी, जल प्रबंधन, फसल, पेड़ स्वस्थ जमिना, सिँचाईको व्यवस्थापन, बाली, विरुवा,</p>		
	<p>माह, माहेर खाद्य, माचाय फसल, पाड़े गाह मछली, चारा, घेरे पर की फसल, मेड़ पर पेड़ माछा, खाद्यान्न, बारमा लगाउने बाली, आलीमा लगाउने बाली विरुवा,</p>		
	<p>पशुखाद्य, बासहान, बर्जापदार्थेर ब्यबहार चारा, मवेशी घर, भंडारण और अपशिष्ट पदार्थों का उपयोग खाद्यान्न, बासस्थान, भण्डारण तथा उप उत्पादनको प्रयोग</p>		
	<p>पशुखाद्य, बासहान, बर्जापदार्थेर ब्यबहार चारा, मवेशी घर, भंडारण और अपशिष्ट पदार्थों का उपयोग खाद्यान्न, बासस्थान, भण्डारण तथा उप उत्पादनको प्रयोग</p>		
	<p>माटिर स्वाहा, जनेर ब्यबहार, फसल, गाह मिट्टी की जानकारी, जल प्रबंधन, फसल, पेड़ स्वस्थ जमिना, सिँचाईको व्यवस्थापन, बाली, विरुवा,</p>		
	<p>की की जिनिस थेके खाद्य प्रक्रियाकरण करा याय कौन सी चीजें उपलब्ध हैं जिनका प्रसंस्करण किया जा सकता है? कुनकुन उत्पादनको प्रशोधन गर्ने? के कस्ता वस्तुहरु</p>		
	<p>की की जिनिस बिक्री करा याय कौन सी चीजें ऐसी हैं जिन्हें बेचा जा सकता है? बेच बिखन गर्ने?</p>		

पद्धति

ये कोन एकजन कृषकेर साथे ७-८ घण्टा धरे

आलोचनार सूत्र

यदि सुसम्नित व्यवस्था करते चान, ता हले प्रतिटि फ्लेत्रे आपनि की करबेन ? आपनार फसल चक्र, अभाव एवम्सम्पदेर कथा माथाय राखबेन।

भावना

- आपनि कि सब एकसङ्गे क्रय करते चान ? ना एक एक करे ? कोनटा आगे करबेन ?
- एर जन्य आपनार की की प्रशिक्षण लागबे ?

प्रक्रिया

वयक्तिगत रूप से किसान के साथ समय 3 से 4 घँट

चर्चा के बिन्दु

प्रत्येक मौसम में हर तरह के उत्पादन प्रकार के लिये आप क्या करना चाहते हैं? अपने मौसमी कैलेन्डर, अभाव और संसाधनों के विश्लेषण से इसका मिलान करें?

सोचें

- क्या आप सारे तरीके एक ही साथ लागू करना चाहेंगे? आपकी प्राथमिकतायें क्या हैं?
- इन सबमें आपको क्षमता बढ़ाने के लिये किस तरह के प्रशिक्षण और जानकारी की आवश्यकता है?

विधि

एउटा किसान, ३ देखी ४ घण्टा

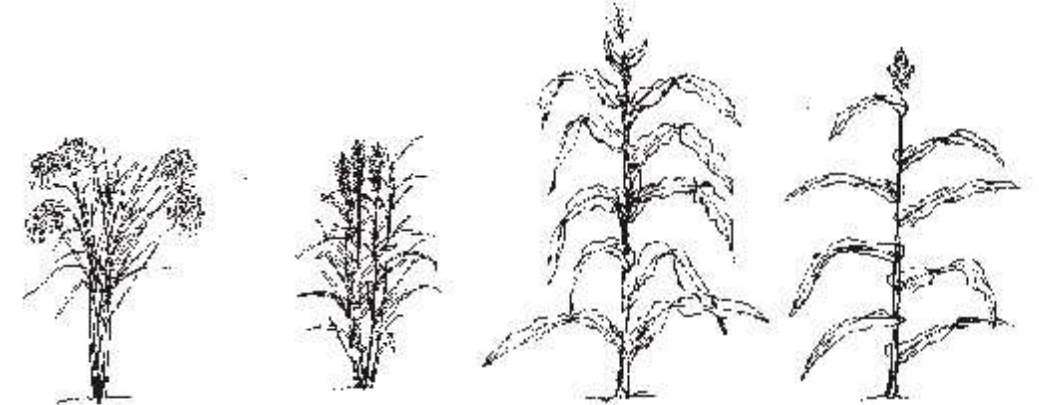
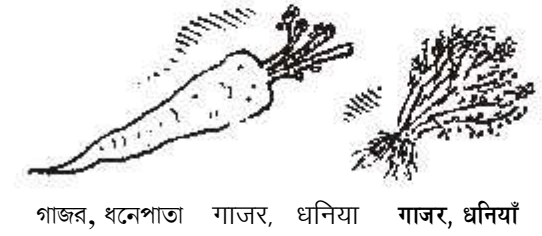
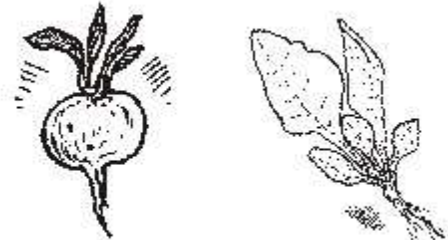
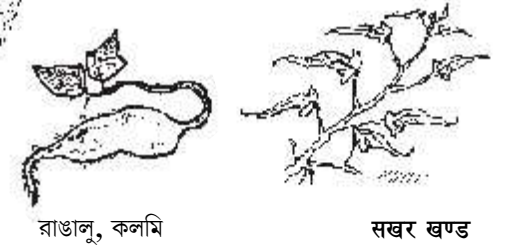
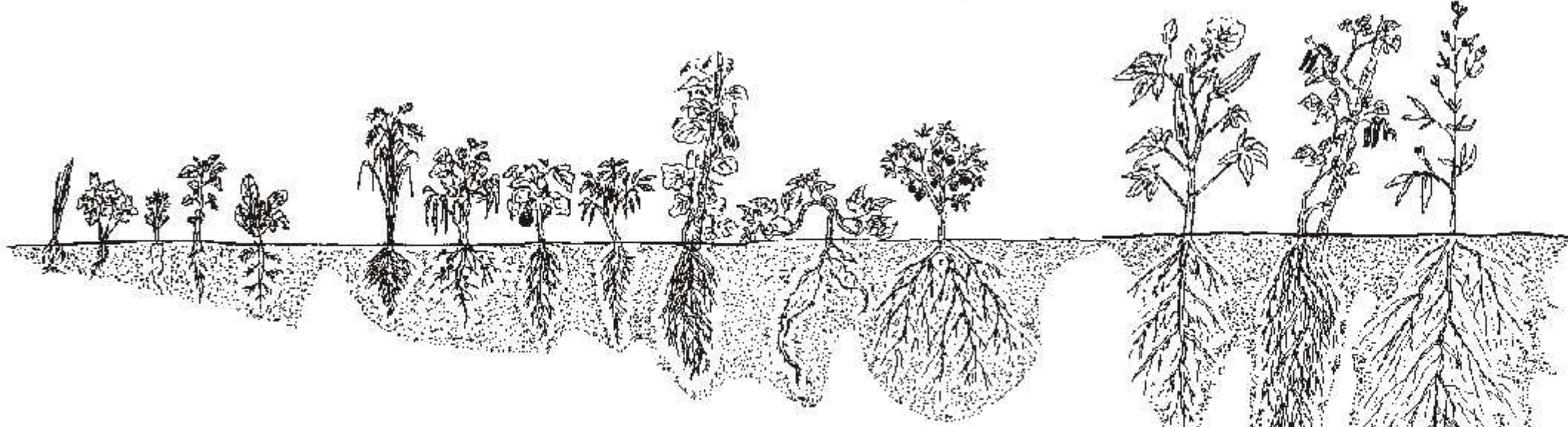
छलफलका विषयहरु

तपाईंहरकेक मौसममा हरेक किसिमका उत्पादनमा के गर्नचाहनु हुन्छ ? यस क्रियाकलापमा तपाईं मौसमी पात्रो, अभावको समय र उपलब्ध स्रोत साधन संग जोड्दैहेनुहोस्।

बिचार गर्नुहोस्

- के तपाईं यी सबैयोजना एकैपटक शुरुवात गर्नचाहनुहुन्छ ? तपाईंको प्राथमिकता कुन हो ?
- तपाईंको क्षमता अभिवृद्धिको के मा आवश्यकता छ ?

শিকড়ের গভীরতা / পরিবার অনুযায়ী ফসল । জড় की गहराई/प्रजाति के अनुसार फसलें । जराको गहिराइ/परिवार को आधारमा बाली



पद्धति

कृषकदेर साथे दलगत आलोचना, फसलेर सङ्गे परिचिति, निजेदेर अङ्गलेर जन्य तालिका बानानो इत्यादि। समय २ घण्टा।

सूत्र विषय

- यार शिक्षक यत गभीरे से कत खरा सह्य करते পারে
- एकई परिवारे फसल एकसङ्गे चाष करा उचित नय वा एकई जमिने परपर करा उचित नय
- विभिन्न धरणेर शिकड़ेर गभीरताओयाला गाछ मिशिये लागानो येते পারে।

भावना

- साधारणत कोन फसलेर साथे कोन फसल मिशिये चाष करा ह्य
- एमन एककभावे ये चाष करा ह्य, तार सङ्गे की मेशानो याय ?

प्रक्रिया

किसानों के समूह के साथ चर्चा, खेत में किसानों के साथ वास्तविक फसल तथा पौधों के प्रदर्शन के साथ बातचीत, सूची तैयार करना समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

- जड़ की गहराई के साथ पौधों की जलसंकट से निपटने की क्षमता बढ़ती जाती है।
- एक ही प्रजाति के पौधों को एक साथ या परवर्ती फसल के रूप में अगले मौसम में लगातार नहीं लगाना चाहिये।
- अलग अलग गहराई वाले जड़ के पौधों को मिश्रित कर लगाना चाहिये।

चर्चा के बिन्दु

- हमारे यहाँ मिश्रित फसल लगाने के प्रचलित तरीके क्या हैं?
- आपके यहाँ एकफसली खेत में और कौन सी फसलें मिश्रित करके लगाई जा सकती हैं?

सोचें

मिश्रित फसल क्यों लगायें?

विधि

किसानहरूको समूहमा छलफल, स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध बाली/विरुवामा अभ्यास गर्दै, बाली/विरुवाहरूको सूची तयारी, २ घण्टा

मुख्य सन्देश

- विरुवाको जराको जति बढी गहिराइमा जान्छ पानीको अभामा बाचन सक्ने क्षमता पनि त्यत्तिकैबढ्दैजान्छ।
- एउटैपरिवार/प्रजातीको वालीहरूलाईमिश्रीत बालीका रूपमा लगाउनु हुँदैन अथवा निरन्तर रूपमा हरेक मौसममा रोप्नु हुँदैन।
- फरकफरक गहिराइमा जरा जाने बाली/विरुवालाईमिसाएर खेती गर्नसकिन्छ।

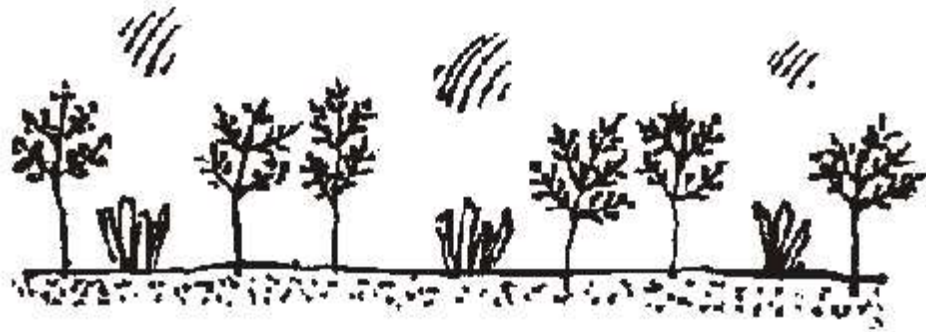
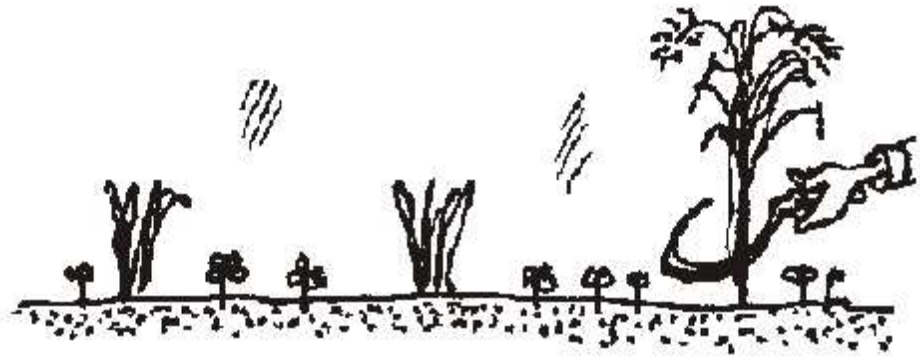
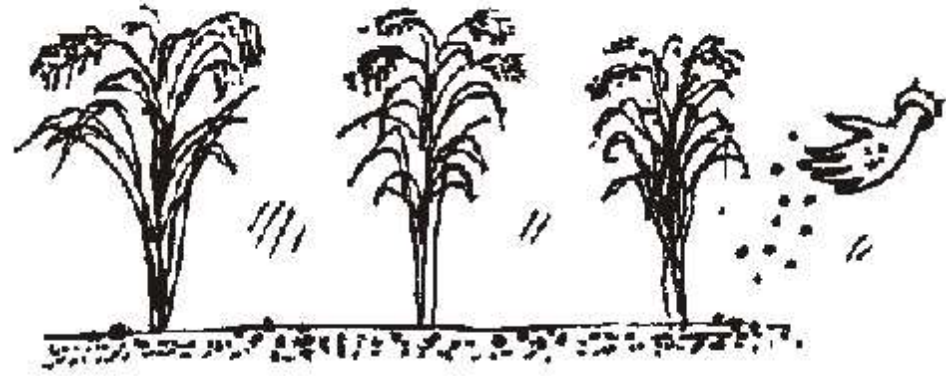
छलफलका विषयहरू

- साधारणतया: कृषकहरूले अपनाउदैआएको बाली मिश्रणको अभ्यास केके छन्?
- तपाईंले अहिले गर्दैअउनुभएको एकल बाली प्रणालीमा के मिश्रण गर्नसकिन्छ ?

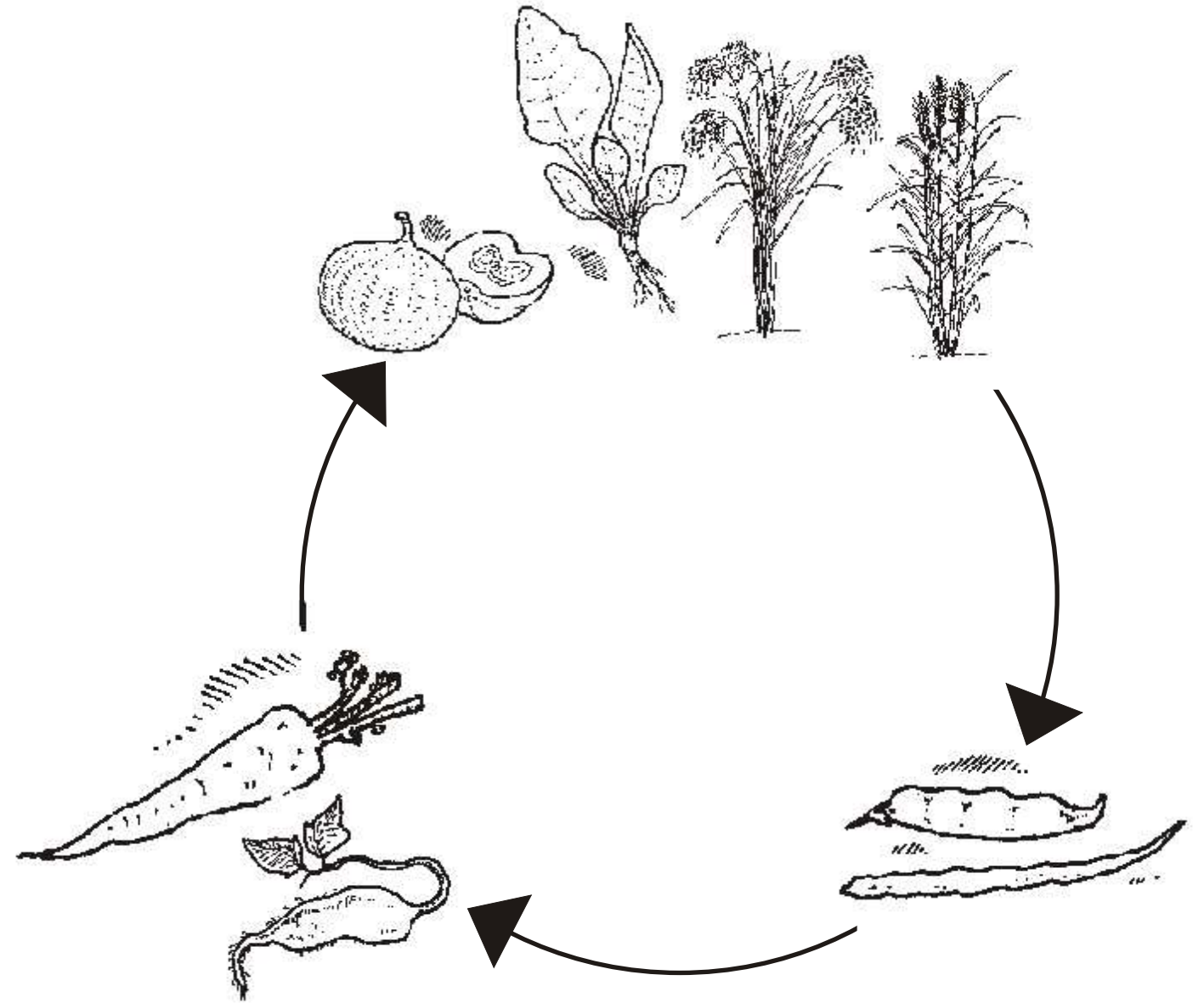
बिचार गर्नुहोस्

तपाईंलाईमिश्रीत बालीको आवश्यकता किन छ ?

পয়রা চাষ | রিলে ফসল | বালী প্রণালী



ফসলচক্র | ফসল চক্র | पहिलो मौसम



पद्धति

कोन एकजन कृषकेर जमिंते हाते कलमे करे देखा एवंगालोचना । समय ७-८ घण्टा

पयरा चाष

कोन एकटि फसल केटे नेओयार आगेई अन्य फसलेर बीजछड़िये देओया, याते जमिंर रसेई द्वितीय फसल ह्ये येते पारे । (येमन - धानेर सङ्गे छोला वा मूसुर वा खेसारी) ।

फसल चक्र

मूल विषय

एकई जमिंते फसलेर खाबारे चाहिदा अनुयायी मरशुमेर फसल निर्वाचन करा उचित । अस्तुत एकवार शुँटि जातीय फसल चाष करले ভালो ।

प्रक्रिया

एक खेत में रिले फसल का प्रदर्शन, फसल चक्र पर चर्चा समय 3 से 4 घंटे

मुख्य संदेश

किसी खेत में एक फसल की कटाई से पहले दूसरे फसल का बीज लगा देने से मिट्टी की नमी का उपयोग कर एक से अधिक फसल की पैदावार ली जा सकती है। (जैसे धान के खेत में खेसारी, मसूर अथवा चना की फसल)

चर्चा के बिन्दु

क्या हम इस तरह के किसी उत्पादन पद्धति के बारे में सोच सकते हैं? इसे अपने यहाँ लागू करने में हमें क्या कठिनाईयों हो सकती हैं?

फसल चक्र

मुख्य संदेश

भोजन की आवश्यकता के अनुसार फसल चक्र को अपनायें। साल में एक बार दलहनी फसल लेना हमेशा अच्छा होता है।

विधि

कुनैएउटा खेतमा गएर बाली पद्धति अभ्यास गर्दै, एकपछि अर्कोगर्दैपालो पालो छलफल गर्ने, ३ देखी ४ घण्टा

रिले बाली प्रणाली

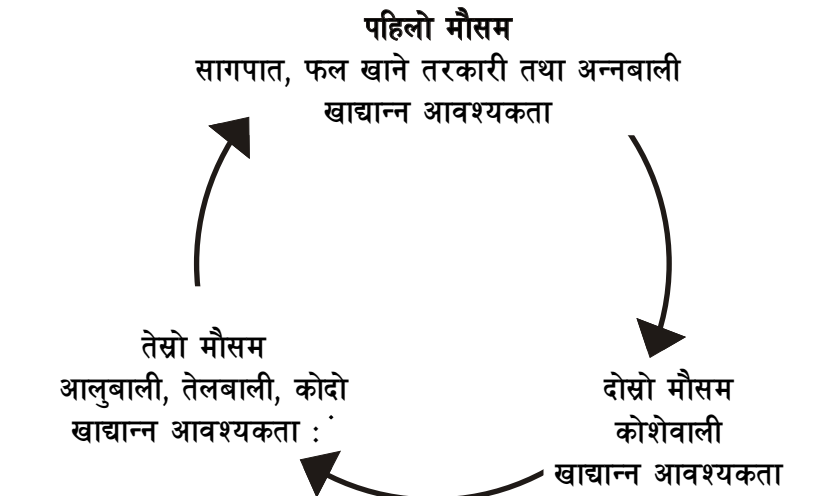
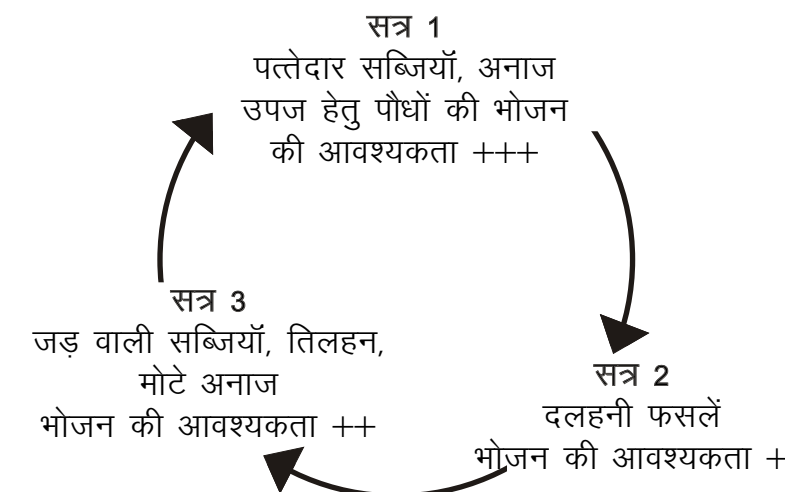
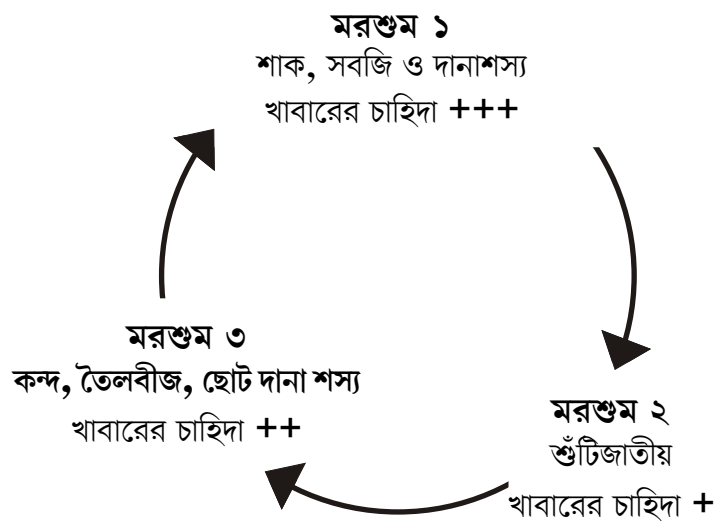
मुख्य सन्देश

रिले खेती प्रणालीमा एक बाली थन्काउनु भन्दा अघि अर्को बालीको बीउ छरिन्छ जसका कारण माटोमा भएको चिसोपना उपयोग गरी बालीको बृद्धि हुन्छ । उदाहरणका लागि धान बालीमा चना, मुसुरो, मास आदि रिले बालीका रुपमा लगाउन सकिन्छ ।

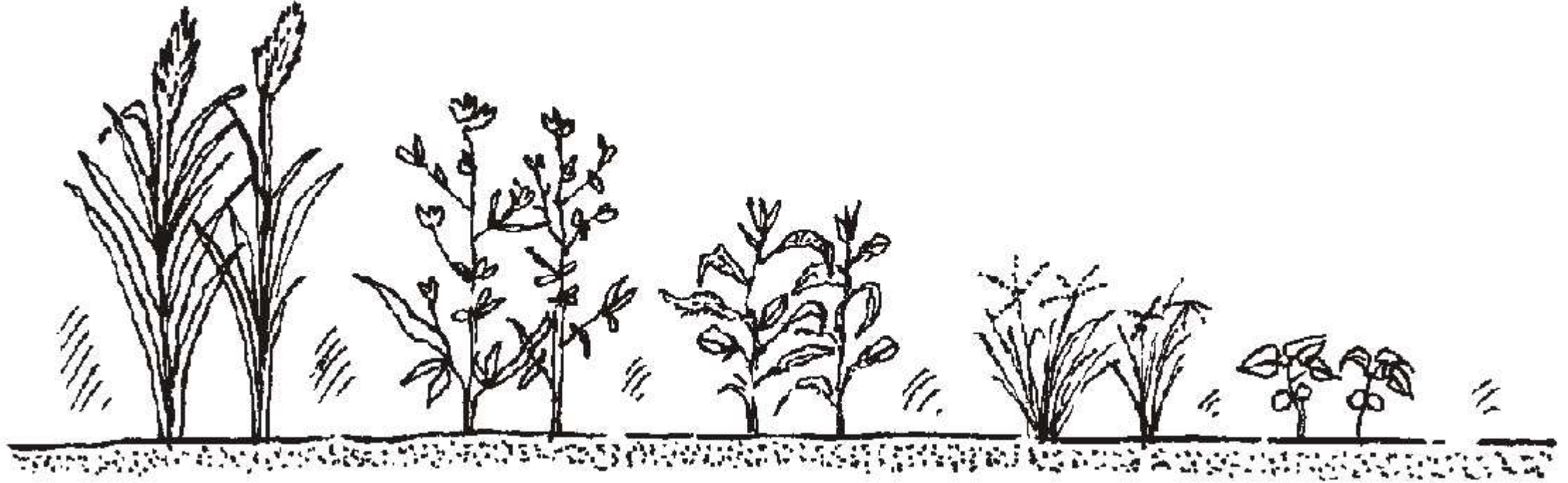
बालीचक्र

मुख्य सन्देश

खाद्यान्नको आवश्यकता अनुसार बालीचक्र अपनाउनु पर्दछ । बाली चक्रमा बर्षको एक पटक कोशे वाली लगाउनु उत्तम मानिन्छ ।



উঁচু জমিতে নানা ফসলের মিশ্রচাষ । फसलों को कैसे मिश्रित करें । मिश्रित बाली कसरी लगाउने ?



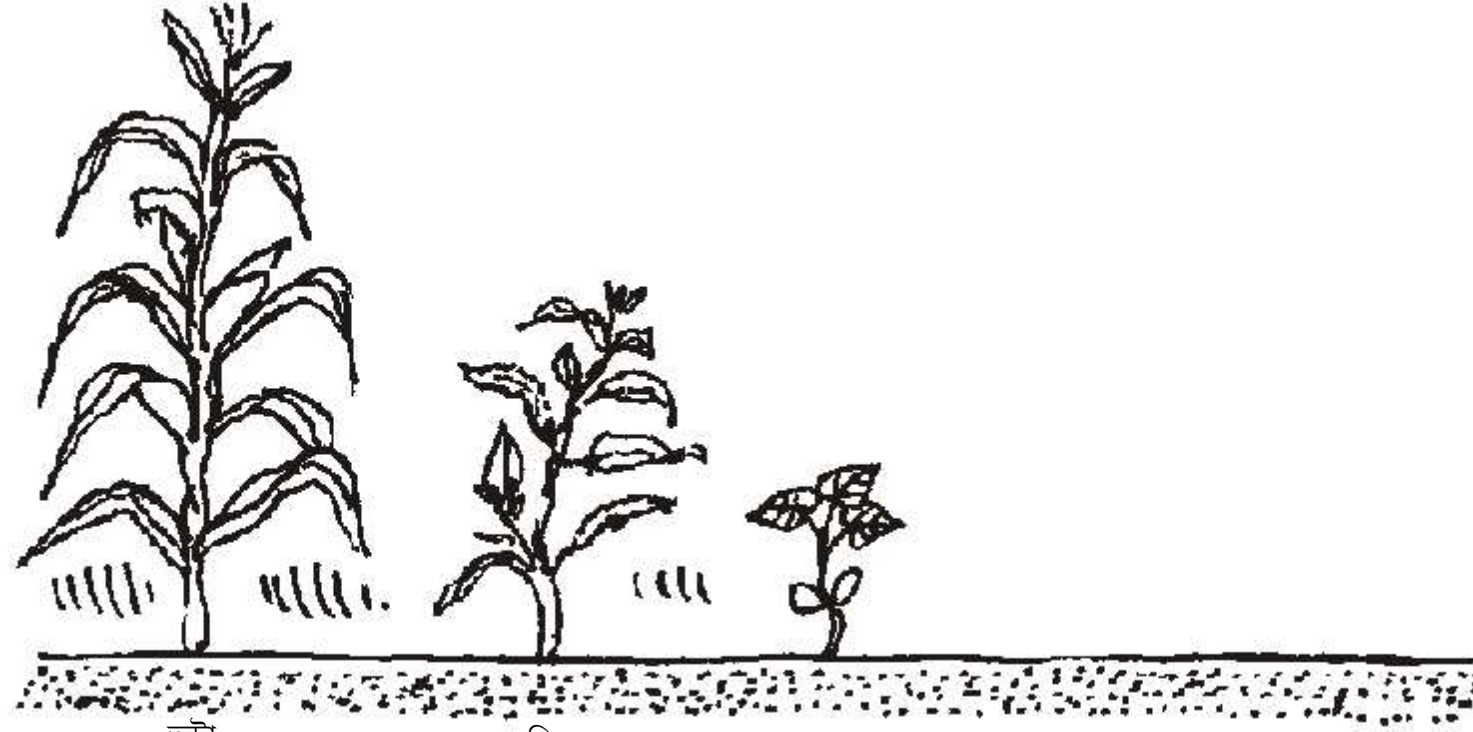
বাজরা
বাজরা
জুনেলো

অড়হর, টক ঢাড়াশ
অরহর, কুদরুম
রহর, ইমলী

তিল
তিল
তীল

মাড়োয়া
ফিংগর মিলেট
কোদো

বিনস
বীন্স
সিমী



ভুট্টা
মকই
মকৈ

তিল
তিল
তীল

ছোলা
চনা
মাস

पद्धति

कौन एकजनेर जमिने हते कलमे करे देखा,
आलोचना ओ तालिका बसानो
समय - २ घण्टा

मूल विषय

- फसल मेशानोर समय विभिन्न परिवार, खाद्येर चाहिदा, शिकड़ेर गभीरता ओ उच्चतार फसल मेशानो उचित ।
- मिश्रणे अन्तत एकटि शुँटिजातीय ओ माटि आच्छादक फसल থাকवे
- शशा समयेर प्रधान फसलेर सङ्गे कम समयेर फसल मेशानो उचित याते माटि उर्वरता बजाय থাকे, माटि टाका থাকे एवञ्चिभिन्न समय फसल तोला याय ।

भावना

आपनार जमिनेर पक्के सठिक मिश्रण की ?

प्रक्रिया

किसानों के समूह के साथ चर्चा करें, खेत में वास्तविक फसल तथा पौधों के साथ प्रदर्शन करें, सूची तैयार करें
समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

- विभिन्न प्रजातियों के पौधों का मिश्रण करें, मिश्रित फसल चयन में पौधों की भोजन की आवश्यकता, जड़ की गहराई तथा पौधों की उँचाई का ध्यान रखें ।
- फसल चयन में एक दलहन तथा भूमि को ढंकने वाली फसल जैसे मूँग, लोबिया, शकरकन्द आदि का चयन अवश्य करें ।
- मिट्टी की उर्वरकता बढ़ाने के लिये लम्बी अवधि की फसल के साथ छोटी अवधि की फसल को अन्तर्वर्ती फसल के रूप में लगायें । इससे पौधों की मल्लिचंग हो जाती है, अलग अलग समय पर फसल की कटाई हो सकती है और मिट्टी में वर्तमान पोषक तत्वों का बेहतर उपयोग हो सकता है ।

सोचें

आपके टांड उपर भूमि में आदर्श फसल मिश्रण क्या हो सकता है?

विधि

कृषक समूह छलफल, बास्तविक बाली/विरुवा लिएर अभ्यास गर्ने, बालीको सूची तयार गर्ने, २ घण्टा


















मुख्य सन्देश

- बाली मिश्रण गर्दाविभिन्न परिवार, खाद्यान्न आवश्यकता, जराको गहिराईतथा फरक फरक उचाईको हुनुपर्दछ ।
- यस किसिमको मिश्रीत बालीमा कोशेबाली तथा जमिन ढाक्ने बाली अनिवार्यरूपमा लगाउनु पर्दछ ।
- लामो अवधिको मुख्य बालीको बीच बीचमा छोटो अविधिमा तयार हुने अन्तरबाली लगाईमाटोको उर्वराशक्ति बृद्धि, मल्लिचड, फरकफरक समयमा बाली भण्डारण तथा माटोको पोषण तत्व अधिकतमउपयोग गर्नुपर्दछ ।

बिचार गर्नुहोस्

तपाईंको पाखो बारीमा एकदमैमिलाएर वा मिसाएर लगाउन सकिने बाली कुनकुन हुन्?

প্রয়োজনীয় গাছ | মুসীবত কে সাথী – পেড় | রুখকো আবশ্যকতা

					
 সুবাবুল সুববুল	+++		+++		+++
 বকফুল সেসবানিয়া	+++	+++	+++		
 শিরিষ শিরীষ	+++		++		++
 মাদার এরিথ্রীনা	++		+++		
 গ্লিরিসিডিয়া গিলসিডিয়া	+++		+++		+++
 সজনে মুনগা,	+++	+++	+++		
 করঞ্জ করঞ্জ,	+		+++		++

পদ্ধতি

মাটিতে/চার্ট পেপারে ঘর কেটে আপনার অঞ্চলের গাছের তালিকা বানানো এবং খাদ্য, গোখাদ্য, আচ্ছাদন বসার, জ্বালানি এবংকোথা থেকে কাটলে আরও ডাল বেরোয়- এই হিসেবে +++ (খুব ভালো) থেকে --- (খুব খারাপ) অবধি নম্বর দেওয়া। কৃষক দলের সঙ্গে ৩-৪ ঘণ্টা ধরে এই সেশন চলতে পারে।

আলোচনা সূত্র

আপনার অঞ্চলে আর কী কী গাছ আছে যাকে আপনার চাষ ব্যবস্থার সঙ্গে জুড়ে নেওয়া যায়।

প্রক্রিয়া

কিসানों के समूह के साथ बातचीत, पौधों की चारा, भोजन, मल्लिचिंग/कम्पोस्टिंग, जलावन की उपयोगिता के आधार पर सूची तैयार करना। पौधों के अतिवृद्धि के लिये छँटाई कहाँ करेंगे। सूची में वास्तविक पत्तियों को भी दर्शा सकते हैं।
समय – 3 से 4 घंटे

चर्चा के बिन्दु

आपके आस पास में और किस तरह के पेड़ उपलब्ध हैं? हम अपने खेत में और अधिक पेड़ कैसे लगायें?

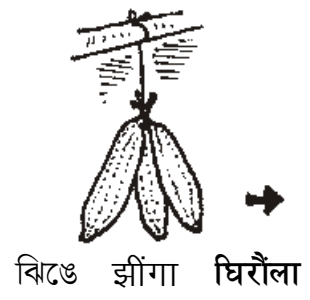
विधि

कृषक समूहसंग छलफल, रुखहरुको नाम भूईमा सूचिकृत गरी उपयोगीताका आधार (जस्तैघाँसका लागि उपयोगी, खाद्यान्नका लागि उपयोगी, मल्लिचङ्ग/कम्पोष्ट बनाउन उपयोगी, हाँगा काटी सार्न उपयोगी, दाउरा दिने आदि) मा +++ देखी सम्म वर्गीकृत गर्ने। यसका लागि साँच्चिकैरुखका पातहरु नैपनि प्रयोग गर्नसकिन्छ, ३ देखि ४ घण्टा।

छलफल

तपाईंको यस क्षेत्रका अन्य कुनकुन जातका रुखहरु पाइन्छन्? हामी यस्ता उपयोगी रुखहरुलाईकसरी धेरैभन्दा धेरैमात्रामा हाम्रो खेतबारीमा लगाउन सक्छौं?

बीज । बीज । बीउहरु



बिउं झींगा घिरौला



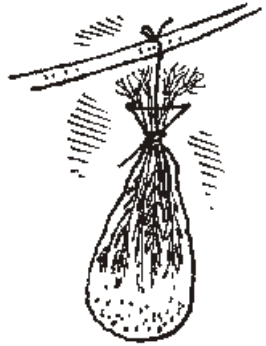
करौना करेला करेला



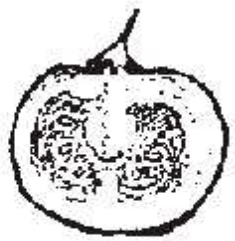
शई राख खरानी



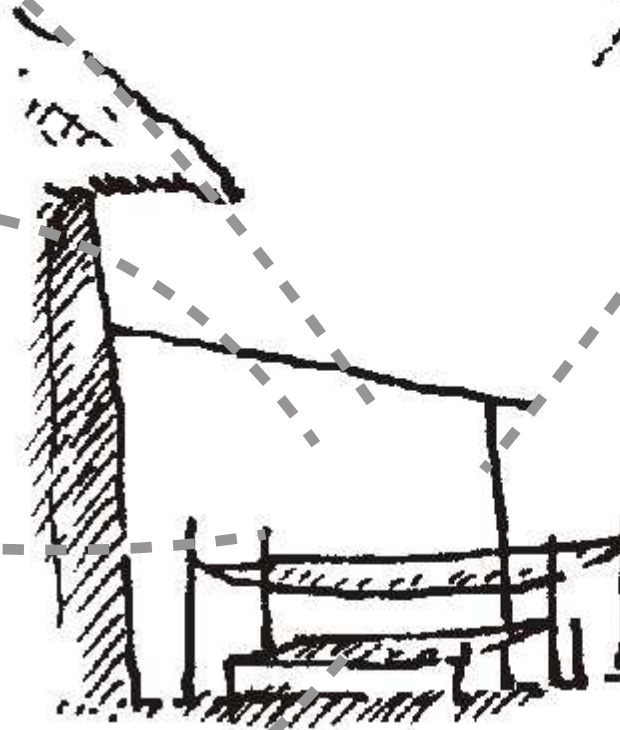
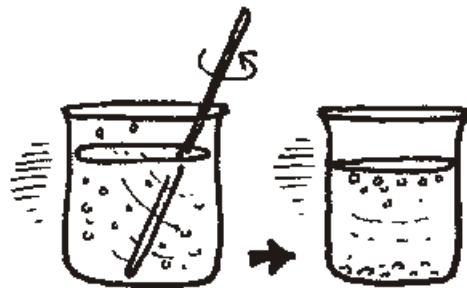
बिन्स बीन्स सिमी



शाक पत्तेदार सब्जियाँ साग बाली



टमेटो टमाटर गोलभेंडा



পদ্ধতি

একজন কৃষকের মাঠে ২ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে।

মূল বিষয়

- বীজশুকনো রাখুন
- বীজ ছায়াতে শুকনো ভালো
- শুঁটি জাতীয় ফলস ছাড়া যে কোন বীজ সারা রাত জলে ভিজিয়ে রেখে ছায়ায় শুকিয়ে নিয়ে সংরক্ষণ করলে বীজের জীবনকাল বেড়ে যায়।

আলোচনা সূত্র

- আপনি কি আপনার সমস্ত প্রয়োজনীয় বীজ সংরক্ষণ করেন
- বীজ সংরক্ষণের আর কী কী উপায় আপনি জানেন?

প্রক্রিয়া

কিসান কে খेत में प्रदर्शन और बातचीत समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

- बीज को सूखा रखें
- हमेशा बीत को छायादार जगह में सुखायें
- बीज को रात भर पानी में फुला कर छायादार जगह में सुखाने से बीज लम्बे समय तक सक्रिय और जीवित रहते हैं। (अपवाद दलहनी फसलें लेग्यूम्स)

सोचें

- क्या आप अपने सभी बीज को सही तरीके से रख पाते हैं?
- बीज संरक्षण के अन्य क्या तरीके हैं?

विधि

एउटा किसानको जग्गामा अभ्यास गर्ने, २ घण्टा

मुख्य सन्देश

- बीउलाईसुकाएर सुख्खा रुपमा राख्नु पर्दछ ।
- बीउलाईसधैछायामा सुकाउनु पर्दछ ।
- बीउलाईरातभर भिजाईछायामा सुकाएर राखेमा लामो समयसम्म जीवित राख्न सकिन्छ (कोशेवाली बाहेक) ।

बिचार गर्नुहोस्

- के तपाईंले आफूलाईआवश्यक सबैकिसिमको बीउ राख्नु भएकोछ ?
- बीउ भण्डारण गर्नसकिने अन्य तरिकाहरु पनि छनूक ?

केँचो सार । केँचुआ खाद । गड्यौली मल



याँटि
मिट्टी
माटो

+



सबूज पाता
हरे पत्त
हरियो पात

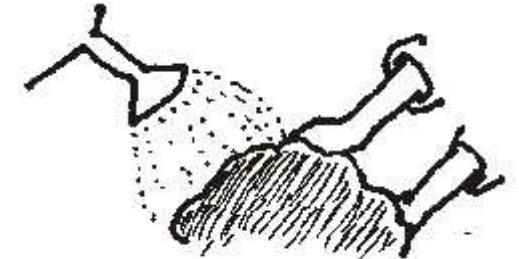


गोबर
गोबर
गाईको गोबर

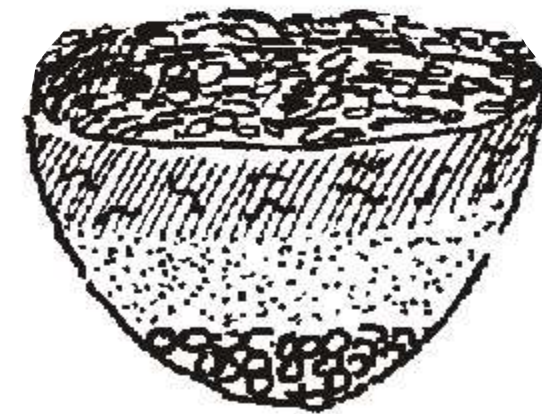
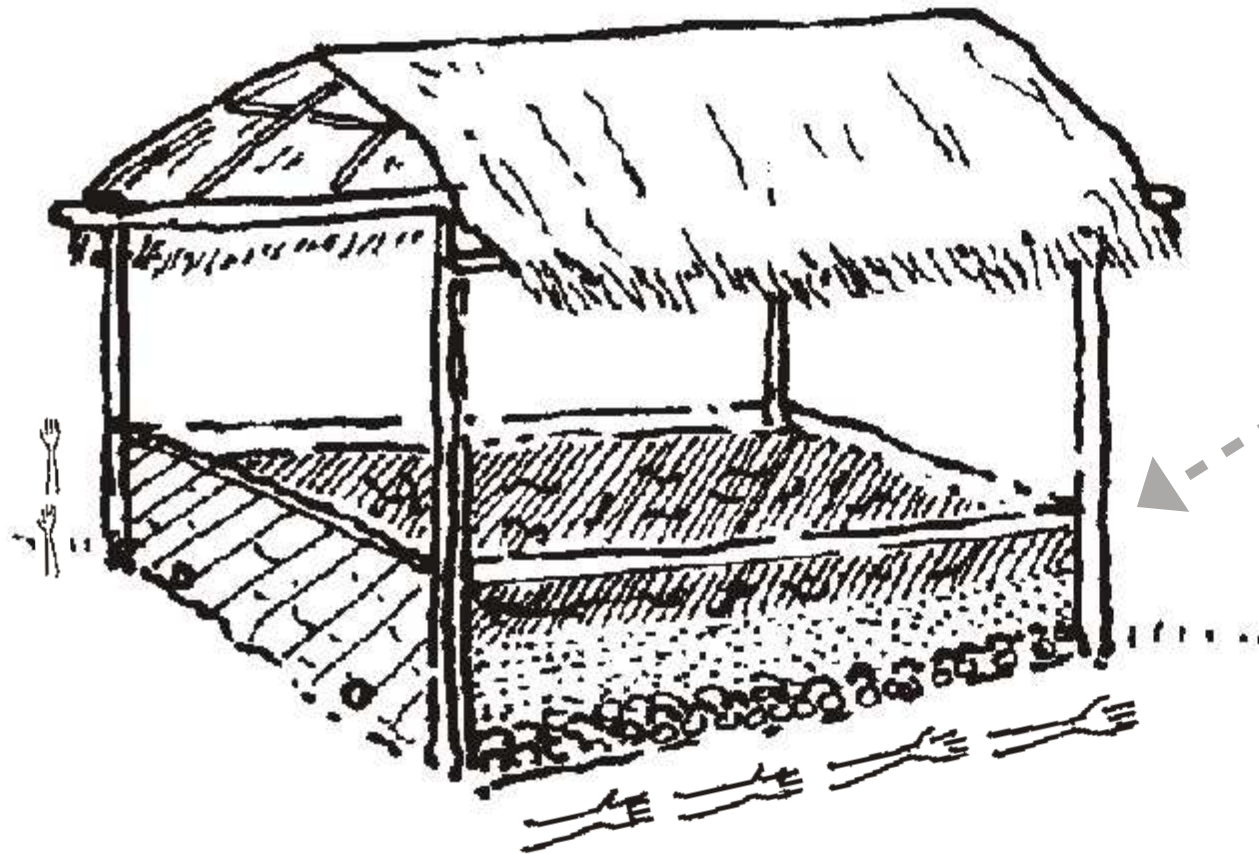
+



शुकनो पाता, थड
सूखे पत्ते, बिचाली आदि
सुख्खा पात/पराल इत्यादि



७ सप्ताह
3 सप्ताह
३ हप्ता



পদ্ধতি

একজন কৃষকের বাড়িতে ২-৩ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে।

মূল বিষয়

- প্রতি কেজিতে ১০০টি করে কেঁচো থাকলে ৩০ দিনে কেঁচোসার তৈরি হয়।
- তৈরি হয়ে যাওয়ার পরে কেঁচোসার চা পাতার দানার মত ও গন্ধহীন হয়।
- তৈরির সময় মিশ্রণটিকে সঁাতসেঁতে রাখতে হয়, প্রয়োজনে ভিজেচটের বস্তা চাপা দিয়ে রাখা যায়।
- হেক্টরে পিছু ৫-৬ টন সার প্রয়োগ করা উচিত।

কাজ

প্রত্যেক বাড়িতে সারা বানানো

প্রক্রিয়া

এক किसान के घर में केंचुआ खाद तैयार करना

मुख्य संदेश

- प्रति किलो में 100 केंचुआ डालने से 30 दिन में केंचुआ खाद तैयार होता है।
- जब केंचुआ खाद बन कर तैयार हो जाता है तो यह देखने में चायपत्ती के चूरे जैसा लगता है और इसमें किसी तरह का दुर्गन्ध नहीं होता है।
- मिश्रण को हमेशा नम बनायें रखें। इसके लिये नम बोरा से ढंक सकते हैं।
- खेत की फसल के लिये प्रति हैक्टर 5 से 6 टन केंचुआ खाद की आवश्यकता पड़ती है।

सोचें

प्रत्येक किसान के घर में केचुआखाद तैयार होना चाहिये!

विधि

कुनैएक किसानको घरमा गड्यौली मल बनाउने, ३ घण्टा

मुख्य सन्देश

- एक किलोको व्याडमा १०० वटा गड्यौला राखियो भने एक महिनामा गड्यौली मल तयार हुन्छ।
- गड्यौली मल तयार हुँदा चियाको जस्तो छोक्रा देखिन्छ र कुनैगन्ध आऊँदैन।
- व्याडको मिश्रणलाईओसिलो राख्नु पर्दछ, यसका लागि भिजेको जुटको बोराले ढाक्न सकिन्छ।
- अन्नबालीका लागि एक हेक्टर जमिनमा ५ देखी ६ टन गड्यौली मल आवश्यक पर्दछ।

बिचार गर्नुहोस्

सबैकिसानले गड्यौली मल बनाउन सकिन्छ।

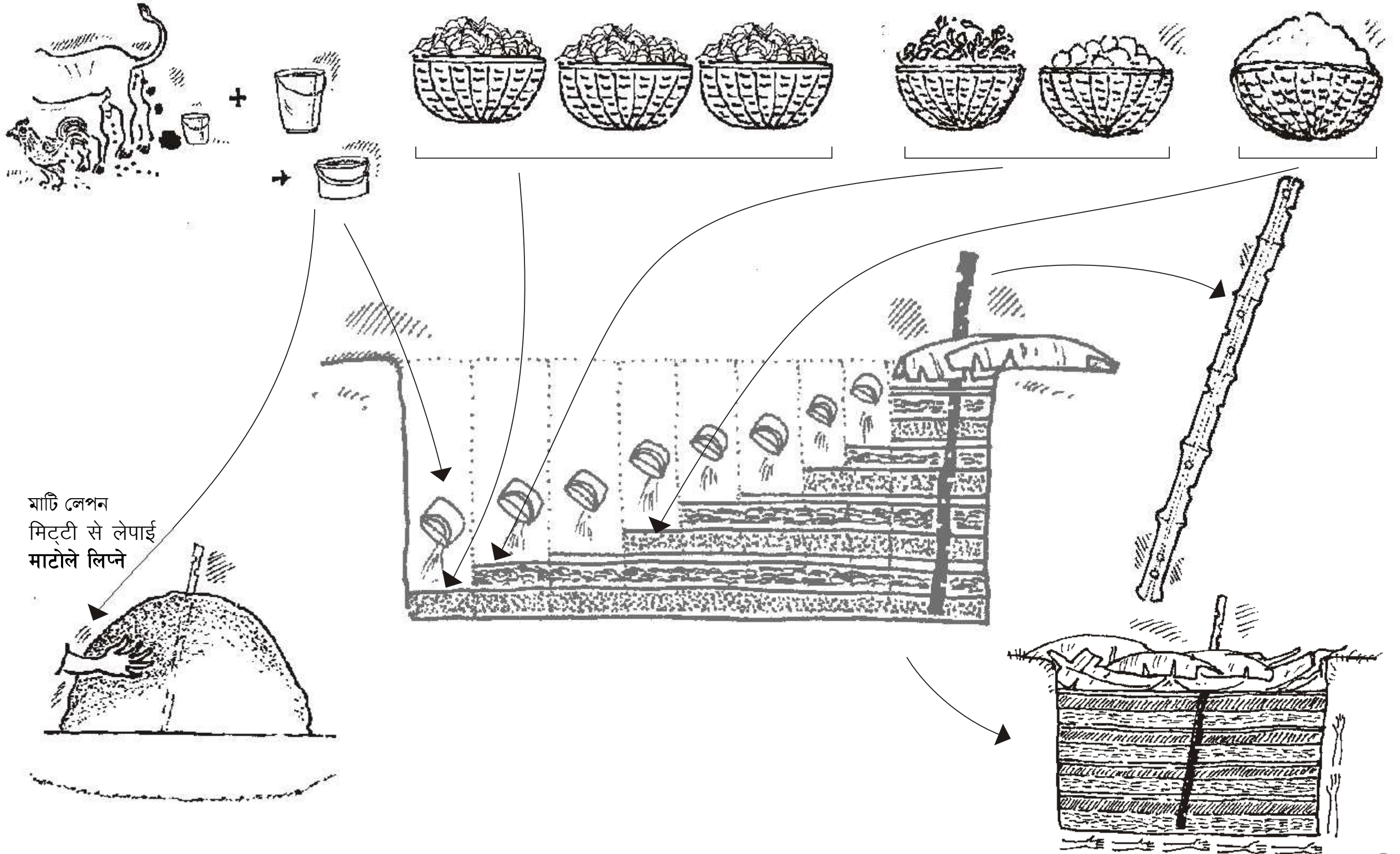
टिबि वा गर्त कम्पोष्ट | ढेरी / गड्ढा खाद | थुप्रो अथवा खाल्डे कम्पोष्ट मल

शुकनो पाता, खड
सूखे पत्ते, बिचाली
सुख्खा पात/पराल

सबूज पाता
हरे पत्ते
हरियो पात

गोबर
गोबर
गाईको गोबर

माटि
मिट्टी
माटो



পদ্ধতি

একজন কৃষকের বাড়িতে ২-৩ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে।

মূল বিষয়

প্রতি ৩০ দিনে উল্টো দেওয়া দরকার ও স্যাঁতসেঁতে ভাব বজায় রাখা দরকার। ৯০ দিনের মাথায় সার তৈরি হয়ে যাবে।

কাজ

প্রত্যেক বাড়িতে সার তৈরি।

প্রক্রিয়া

এক किसान के घर में इस विधि से खाद तैयार करना समय 3 घंटे

मुख्य संदेश

30 दिनों के बाद खाद को पलट दें। नमी बनाये रखें। खाद 90 दिन में तैयार होती है।

सोचें

प्रत्येक किसान को अपने खेत में कम्पोस्ट तैयार करना चाहिये!

विधि

एउटा किसानको घरमा कम्पोष्ट मल बनाउने, समय ३ घण्टा

मुख्य सन्देश

यसलाई एक महिनामा पल्टाउनु पर्दछ, ओसिलो बनाइ राख्नु पर्दछ। कम्पोष्ट मल ९० दिनमा तयार हुन्छ।

बिचार गर्नुहोस्

सबैको किसानले आफ्नो खेतबारीमा कम्पोष्ट मल बनाउन सकिन्छ।

তরল সার | तरल खाद | भोल मल

अमृत पानि | अमृत पानी | अमृत पानी



পদ্ধতি

একজন কৃষকে বাড়িতে ২-৩ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে।

তরল সার

মূল বিষয়

২০ গুণ জলের সঙ্গে মিশিয়ে প্রয়োগ করা দরকার।
৩-৪ সপ্তাহ রাখা যায়।

অমৃত পানি

মূল বিষয়

তৈরি হতে ৩ দিন লাগে এবং ১০ লিটার জলের সঙ্গে মিশিয়ে প্রয়োগ করা হয়।

আলোচনার সূত্র

সার তৈরির আর কী কী পদ্ধতি জানা আছে?
এই সমস্ত পদ্ধতির সুবিধা অসুবিধা কী?

কাজ

প্রত্যেক বাড়িতে সার তৈরি।

প্রক্রিয়া

কিসান কে ঘর में तरल खाद तैयार करना
समय 3 घंटे

मुख्य संदेश

20 गुणा पानी लें और 3 से 4 सप्ताह तक
मिश्रण को रखें।

अमृत पानी

मुख्य संदेश

3 दिन तक रखें। 10 लीटर पानी मिला कर
फसल पर छिड़काव करें।

चर्चा के बिन्दु

खाद तैयार करने के और भी कौन से
तरीके हैं?
प्रत्येक विधि के क्या गुण दोष हैं?

सोचें

प्रत्येक किसान को अपने खेत में इसे
अपनाना चाहिये!

विधि

एउटा किसानको घरमा भोल मलको बनाउने
अभ्यास गर्ने,
३ देखी ४ घण्टा

भोल मल

मुख्य सन्देश

यसका लागि २० गुणा पानी चाहिन्छ र ३ देखी
४ हप्ता राख्नु पर्दछ।

अमृत पानी

मुख्य सन्देश

यसका लागि तीन दिन चाहिन्छ र बोट बिरुवमा
छर्नुभन्दा पहिले १० लिटर पानीमा मिसाउनु पर्दछ।

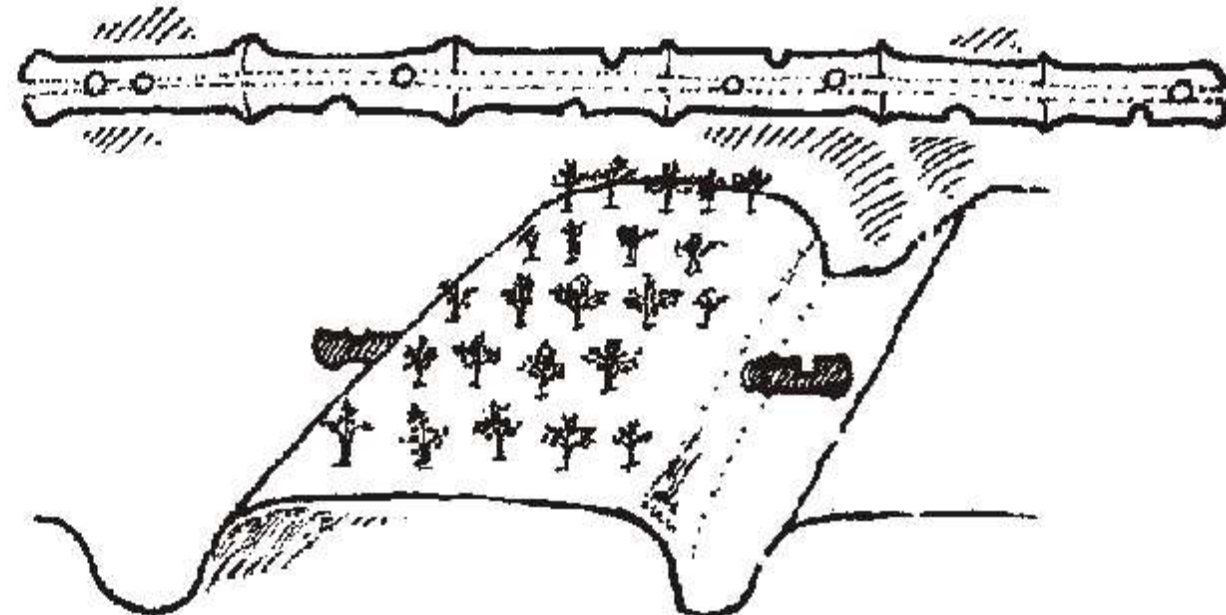
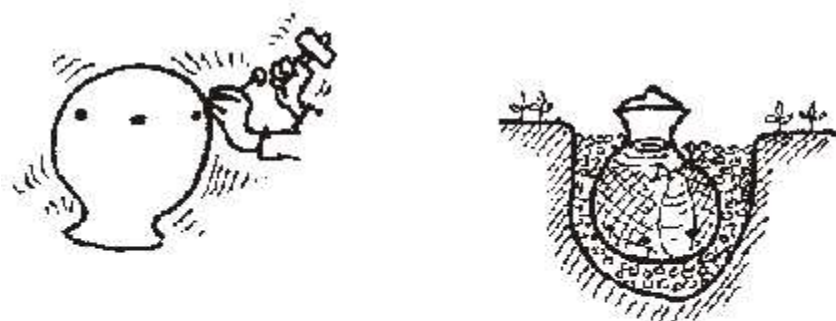
छलफलको बुदाहरु

मल बनाउने अन्य के के तरिकाहरु हुनसक्दछन्?
यसको फाइदा, बेफाइदा वा समस्या, अवसरहरु के
के छन ?

बिचार गर्नुहोस्

सबैकृषकले आफ्नो खेतबारीमा यो तयार
गर्नसकिन्छ।

জলের ব্যবস্থাপনা | জল প্রबंधन | पानीको व्यवस्थापन



পদ্ধতি

একজন কৃষকের মাঠে ২-৩ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে বানানো

মূল বিষয়

- সেচের জল ঠিক প্রয়োজনীয় জায়গাতেই প্রয়োগ করা দরকার এবং জলের উন্মুক্ত পরিবহণ ও প্রয়োগ যথাসম্ভব কমানো দরকার।
- মাটি, কলাপাতা, শুকনো বঁকা পাতা বা রাঙা আলু জাতীয় জীবন্ত আচ্ছাদন দিয়ে ঢেকে রাখা দরকার যাতে বাষ্পীভবন কমে।

ভাবনা

আমরা কি যথেষ্ট সচেতনভাবে জলের ব্যবহার করি।

প্রক্রিয়া

কিসান কে ঘর में विधियों का प्रदर्शन
समय 3 घंटे

मुख्य संदेश

- सिंचाई का पानी सीधे लक्ष्य की तरफ हो। अधिक घुमाव और खुला रखने से पानी का नुकसान होता है।
- मिट्टी को केला का तना, सूखे / नाजुक पत्ते से ढँके या भूमि को ढँकने वाली फसल जैसे शकरकन्द लगायें। इससे मिट्टी से पानी का वाष्पीकरण से नुकसान कम होता है।

सोचें

क्या हम पानी का सही उपयोग करते हैं?

विधि

एउटा किसानको घरमा अभ्यास गर्ने, ३ घण्टा

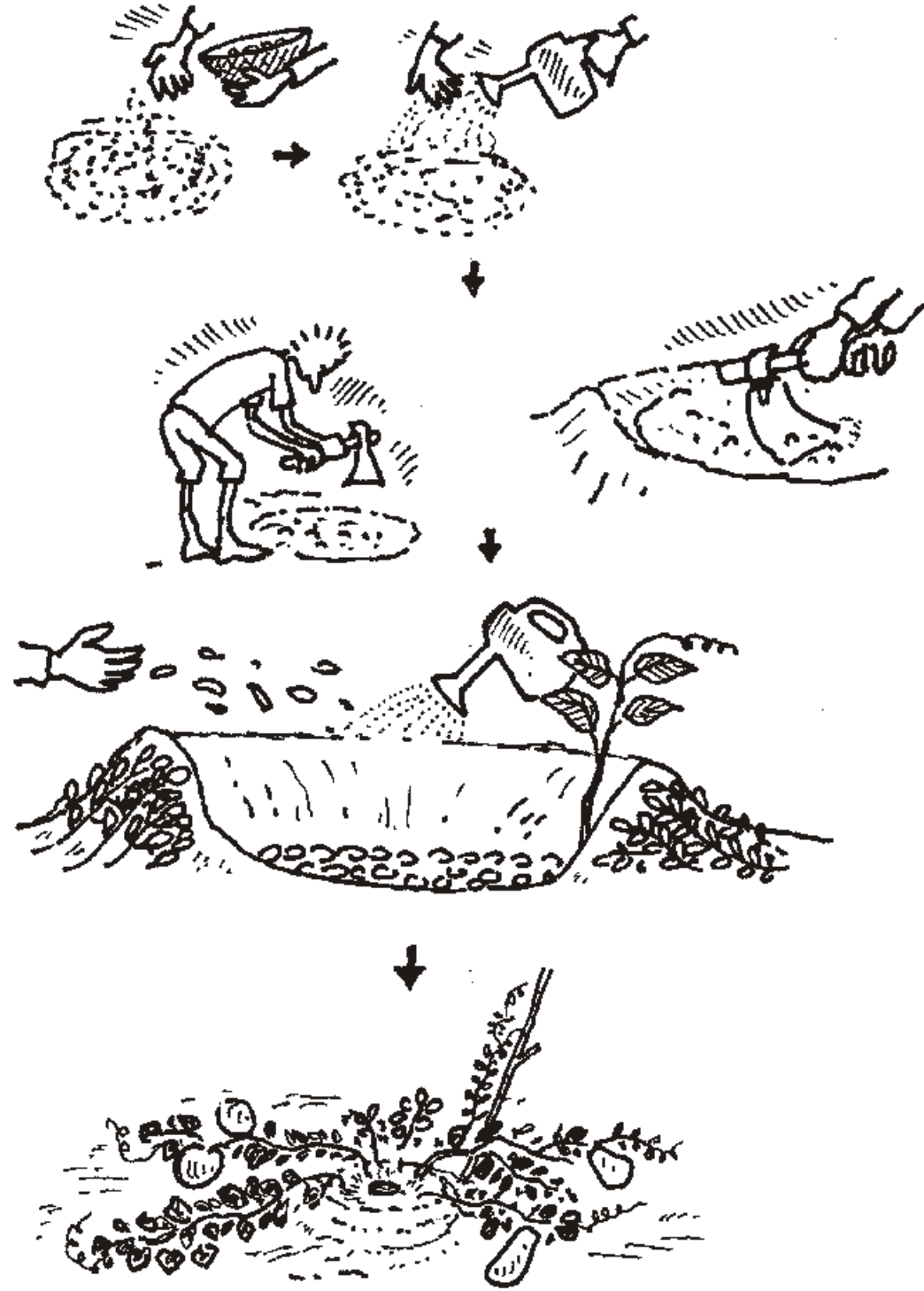
मुख्य सन्देश

- सिंचाईपानी लक्षित रूपमा विरुवालाईदिनुपर्दछ र धेरैखुला रूपमा छोड्नु हुँदैन।
- माटोलाईकेराको थाम, सुख्खा अथवा हरियो पात अथवा आवरण बाली जस्तै सखरखण्ड आदिले छोपी जमिनबाट पानी बाष्पीकरण भईसुकनबाट कम गर्नसकिन्छ।

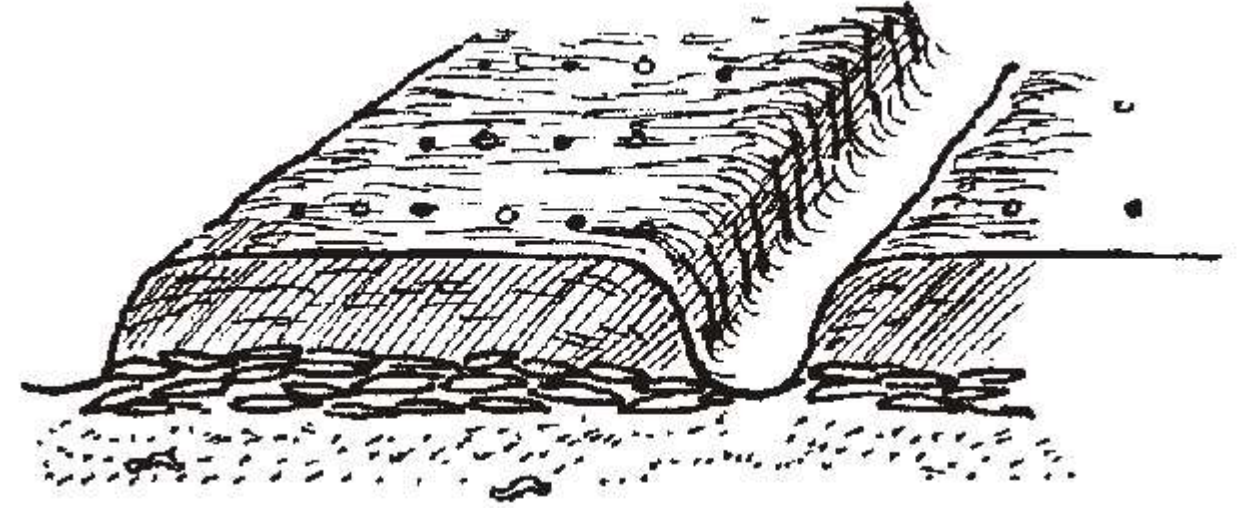
बिचार गर्नुहोस्

के हामी पानी सचेत भएर प्रयोग गर्दै छौत ?

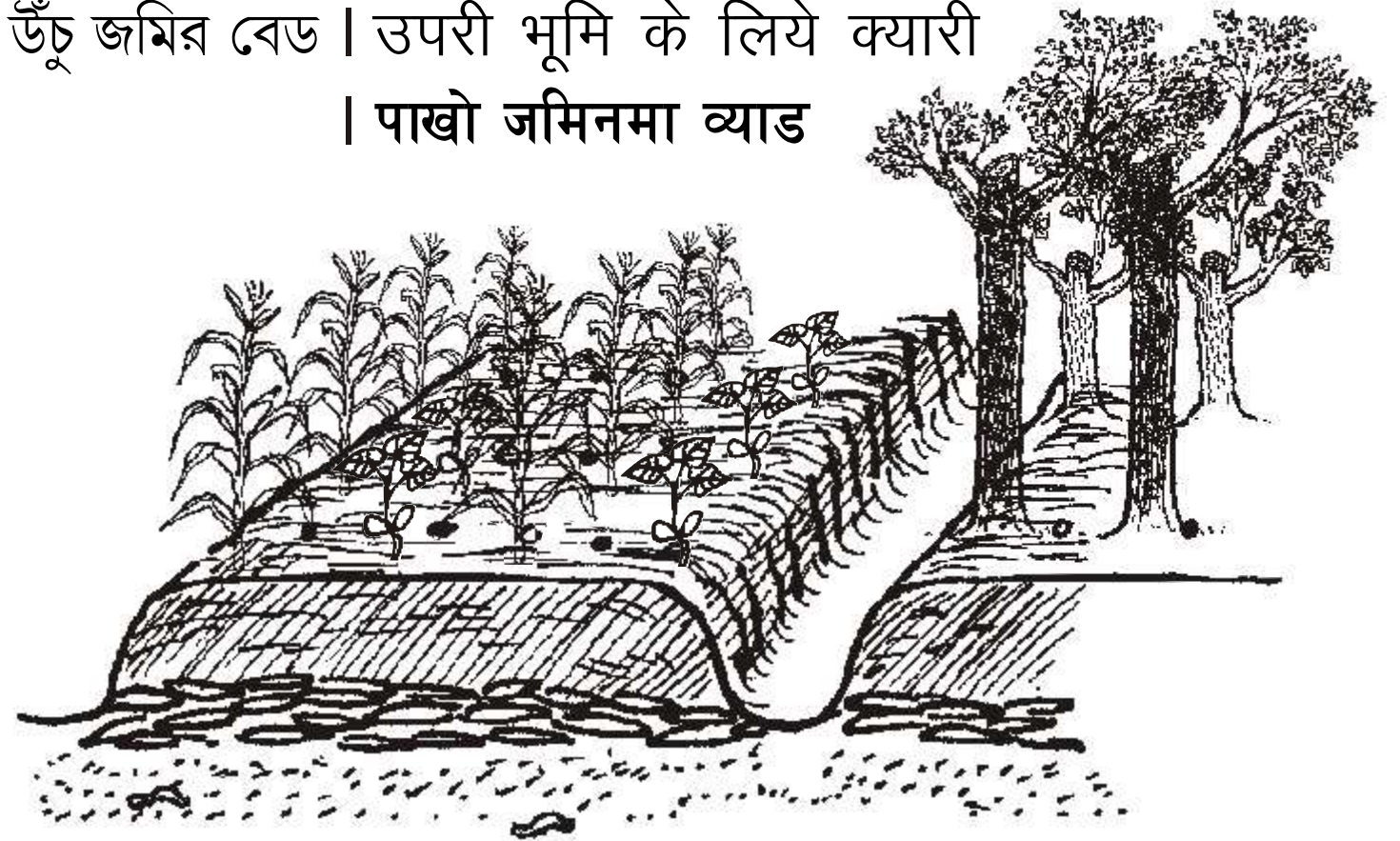
वृत्ताकार बागान | वृत्तकार क्यारी
| गोलाकार व्याड



द्वितीय बेड | दुहरी खुदाई की क्यारी
| दोहोरो खनाइको व्याड



उँचु जमिर बेड | उपरी भूमि के लिये क्यारी
| पाखो जमिनमा व्याड



পদ্ধতি

একজন কৃষকের মাঠে ২-৩ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে।

মূল বিষয়

বেড মূলত জল, মাটি ও পুষ্টি সংরক্ষণের জন্য করা হয়।

প্রক্রিয়া

इन क्यारियों का किसान के घर पर प्रदर्शन करें

সময় – 3 ঘণ্টে

मुख्य संदेश

क्यारियों का उपयोग कर पानी और वर्तमान पोषक तत्वों का अधिकतम उपयोग किया जा सकता है।

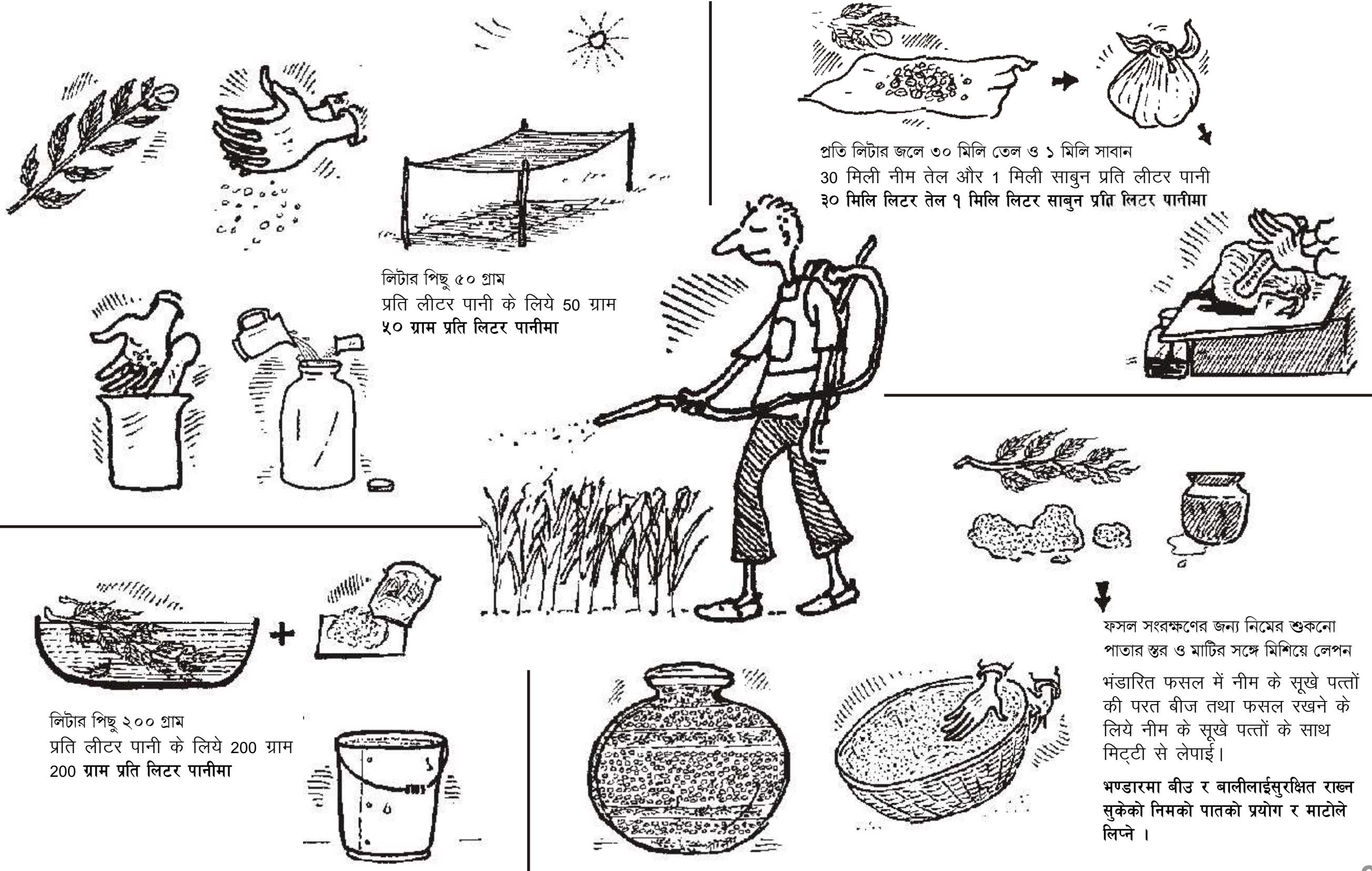
विधि

एउटा किसानको घरमा अभ्यास गर्ने, ३ घण्टा

मुख्य सन्देश

व्याडहरू तयार गर्दाजल तथा मलको अधिकतम उपयोग हुन्छ।

নিমের ব্যবহার । नीम का उपयोग कैसे करें । निमको प्रयोग



নিটার পিছু ৫০ গ্রাম
প্রতি লিটার পানী কে লিয়ে 50 গ্রাম
৫০ গ্রাম প্রতি লিটার পানীমা

প্রতি নিটার জলে ৩০ মিলি তেল ও ১ মিলি সাবান
30 মিলি नीम तेल और 1 मिलि साबुन प्रति लीटर पानी
৩০ মিলি লিটার তেল ১ মিলি লিটার সাবুন প্রতি লিটার পানীমা

নিটার পিছু ২০০ গ্রাম
প্রতি লিটার পানী কে লিয়ে 200 গ্রাম
200 গ্রাম প্রতি লিটার পানীমা

ফসল সংরক্ষণের জন্য নিমের শুকনো
পাতার স্তর ও মাটির সঙ্গে মিশিয়ে লেপন
মंडारित फसल में नीम के सूखे पत्तों
की परत बीज तथा फसल रखने के
लिये नीम के सूखे पत्तों के साथ
मिट्टी से लेपाई।
भण्डारमा बीउ र बालीलाईसुरक्षित राख्न
सुकेको निमको पातको प्रयोग र माटोले
लिप्ने ।

পদ্ধতি

একজন কৃষকের বাড়িতে ২-৩ ঘণ্টা ধরে
হাতে কলমে

ভাবনা

নিমের আর কোন কোন ব্যবহার আপনারা জানেন ?

প্রক্রিয়া

কিসী এক किसान के घर पर इन विधियों
का प्रदर्शन करें और बातचीत करें

সোচें

क्या आप नीम का इनके अतिरिक्त कोई
अन्य उपयोग भी जानते हैं?

विधि

एउटा किसानको घरमा अभ्यास गर्ने, ३ घण्टा

बिचार गर्नुहोस्

यस बाहेक तपाईंलाई यस किसिमको अन्य
कुनैबस्तुको प्रयोग थाहा छ ?

পদ্ধতি

কোন একজন কৃষকের বাড়িতে ৩ ঘণ্টা ধরে হাতে কলমে

মূল বিষয়

মুখ ভালোভাবে বন্ধ করে ১০ দিন রাখা দরকার। প্রতি ৩ দিনে একদিন ঘাঁটতে হবে। ১০০ লিটার জলের সঙ্গে ১ লিটার মিশিয়ে ১ হেক্টর জমির জন্য ব্যবহার করা যায়।

ভাবনা

পোকা তাড়ানোর আর কী কী উপায় জানা আছে?
কেন পোকা না মেরে তাড়ানোর কথা ভাবা হচ্ছে?

প্রক্রিয়া

কিসী এক किसान के घर पर इनका प्रदर्शन करें और बातचीत करें
समय 3 घंटे

मुख्य संदेश

मिश्रण के बर्तन में अच्छी तरह से कस कर बन्द करें और प्रत्येक 3 दिन पर हिलायें। 1 हेक्टर खेत के लिये 100 लीटर पानी में 1 लीटर घोल मिला कर छिड़काव करें।

चर्चा के बिन्दु

जैव कीटनाशक बनाने के अन्य कौन से तरीके आप जानते हैं?

विधि

एउटा किसानको घरमा तयार गर्ने, ३ घण्टा

मुख्य सन्देश

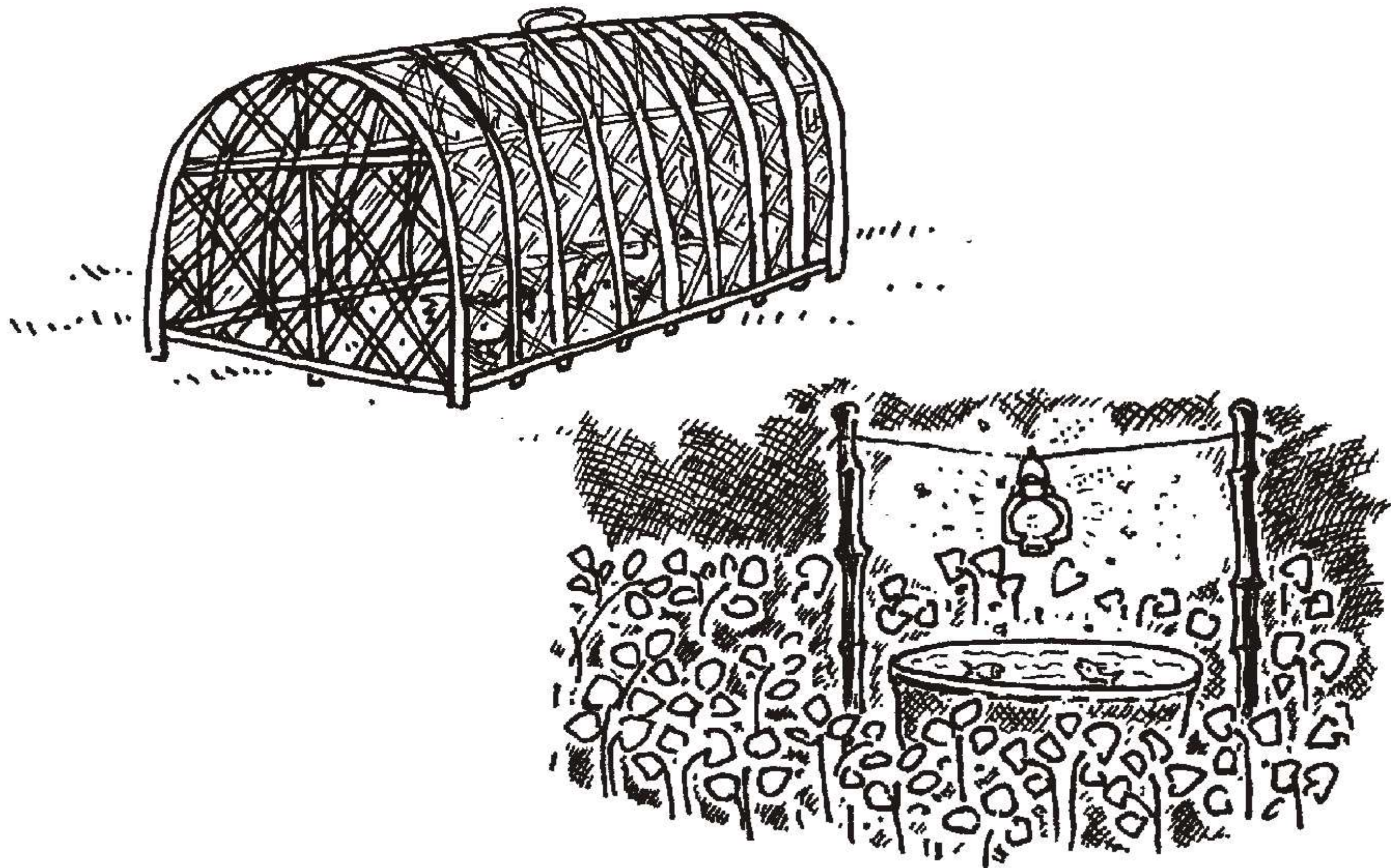
यसलाई १० दिनसम्म कसिलो गरेर बन्द गर्नुपर्दछ, हरेक ३ दिन दिनमा चलाउनु पर्दछ। एक हेक्टर जमिनको लागि एक लिटर भोललाई १०० लिटर पानीमा मिसाइ राख्नुपर्दछ।

छलफलको बुदाहरु

रोग

रोग/किरा हटाउने अन्य तरिका तपाईंहरुलाईके के थाहा छ ?

पोका ताड़ते प्राणी । मवेशियों द्वारा कीट नियंत्रण । किराको नियन्त्रणका लागि जनावर



পদ্ধতি

কোন কৃষকের বাড়িতে আলোচনা। সময় ২ ঘণ্টা।

মুরগির খাঁচা

মূলবিষয়

ফসল তোলার পরে, যদি মুরগিকে খেতে বসে ছেড়ে দেওয়া হয় তবে তারা আগাছার বীজও পোকা খেয়ে নেবে, জমিতে বিষ্ঠা দিয়ে পুষ্টি বাড়াবে ও আঁচড়ে মাটিও ওলটপালট করবে।

মাছ

মূল বিষয়

খেতে বা বাগানে আলোকফাঁদ ও সেই ফাঁদের তলায় দেশি মাছ পোষা।

আলোচনার সূত্র

আর কোন প্রাণীর আচরণকে পোকা বা আগাছা নিয়ন্ত্রণের কাজে লাগানো যায় ?

প্রক্রিয়া

কিসী এক किसान के घर पर चर्चा
समय 2 घंटे

मुर्गी शेड

मुख्य संदेश

यदि फसल कटाई के बाद मुर्गी को खेत में जाली या पिंजरा से ढंक कर छोड़ दिया जाय तो मर्गियाँ उस जगह के खर पतवार और कीट खा कर खत्म कर देती हैं। साथ ही वो मिट्टी की उर्वरा शक्ति भी बढ़ाती हैं।

मछली

मुख्य संदेश

अपने खेत बगीचे में हल्का जाल लगा कर उसके नीचे स्थानीय मांसाहारी मछलियों को पालें।

चर्चा के बिन्दु

क्या हम किसी अन्य जानवर के भी व्यवहार का उपयोग कीट नियंत्रण के लिये कर सकते हैं।

विधि

किसानको घरमा सामूहिक छलफल, २ घण्टा

कुखुराको खोर

मुख्य सन्देश

बाली थन्काइ सकेपछि यदि कुखुरालाईपिंजडामा राखेर बारीमा छाड्ने हो भने कुखुराले भारको बीउ र किराहरु खान्छ, यसका साथैजमिनलाईमलिलो पनि बनाउँछ ।

माछा

मुख्य सन्देश

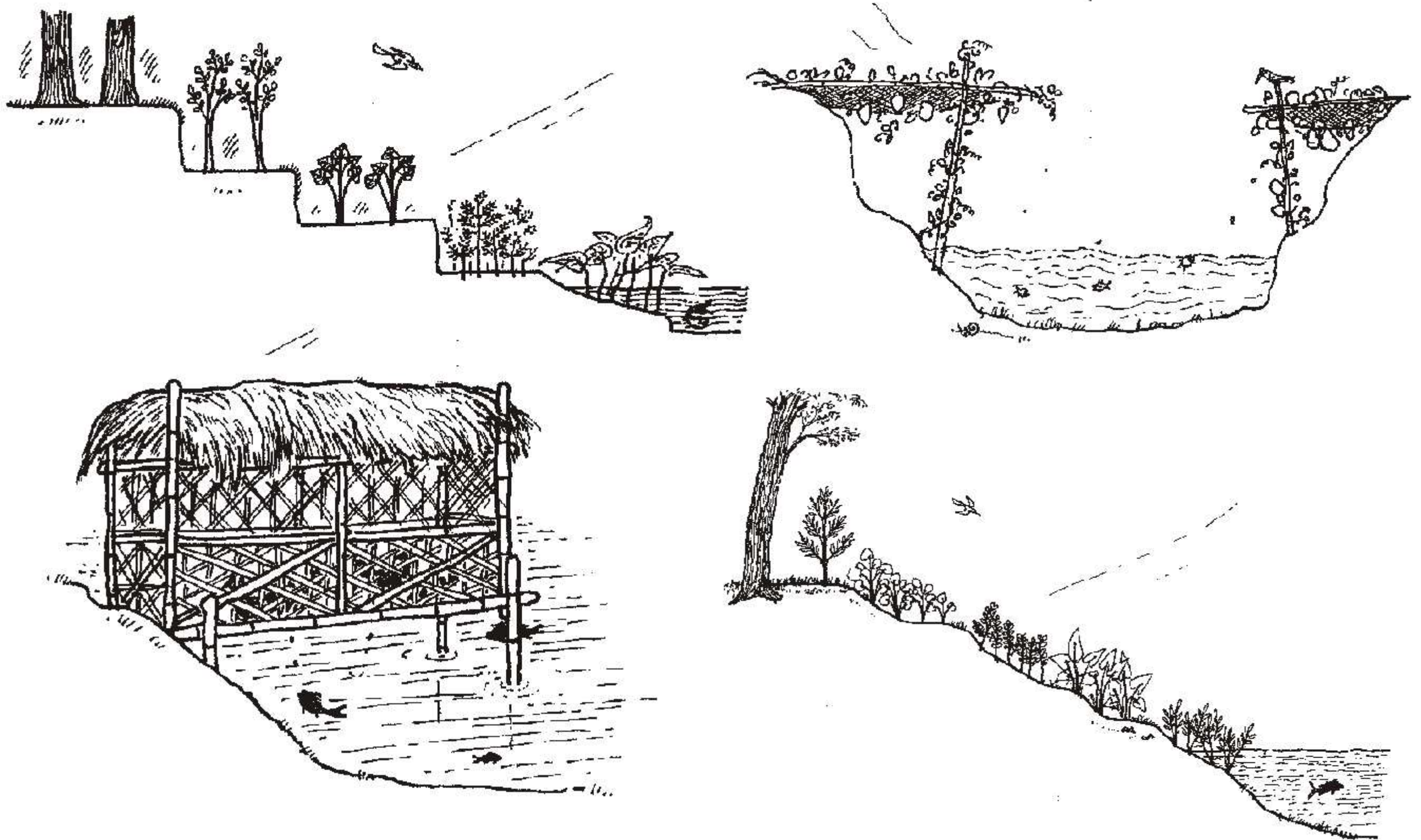
तपाइको खेतमा लाइट ट्रयाप राखि त्यसमुनि मांसहारी माछा पाल्नुहोस ।

छलफलको बुँदाहरु

के हामी अन्य कुनैपशुहरुको बानी

व्यवहारलाईकीरा व्यवस्थापनमा प्रयोग गर्नसक्छौं?

পুকুরের আশেপাশে বহুস্তরীয় চাষ । তালাব কে চারো ओर बहुतल खेती । पोखरीको चारैतिर धेरैतहको संरचना



पद्धति

कोन एकटि पुकुरे येखाने एगुलि करा संभव ।
समय २-३ घण्टा ।

मूलविषय

- जल नेमे गेले, धापगुलि येहेतु पाँक,
माछ-हाँसेर विठाय उर्वर ह्ये थावे, ताते स्वन्न
समयेर चाष भालो हवे ।
- आमरा पुकुरे ओपरे माचा दिये लतानो गाछओ
करते पारि, याते जायगार व्यवहार ओ पुष्टिकर
पदार्थेर आदान प्रदान ह्ये ।

आलोचना सूत्र

पुकुरके आमरा पुरोपुरि व्यवहार करि किना ।

प्रक्रिया

तैयार प्रदर्शन मॉडल वाले खेत में किसानों
से चर्चा
समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

- जब तालाब में पानी कम होता है तो नमी
और बत्तख तथा मछली के अपशिष्ट
तालाब के किनारों की उर्वरा शक्ति को
और भी बढ़ा देते हैं ।
- हम तालाब के ऊपर संरचना निर्मित कर
पोषक तत्वों का चक्रण द्वारा पुनः उपयोग
कर सकते हैं ।

चर्चा के बिन्दु

क्या हम तालाब की क्षमता और संभावना के
अनुसार उसका पूरा उपयोग कर पा रहे हैं?

सोचें

आप अपने तालाब से क्या क्या कर
सकते हैं?

विधि

यो अभ्यास गरिइरहेको स्थानमा गईछलफल गर्ने,
समय २ घण्टा

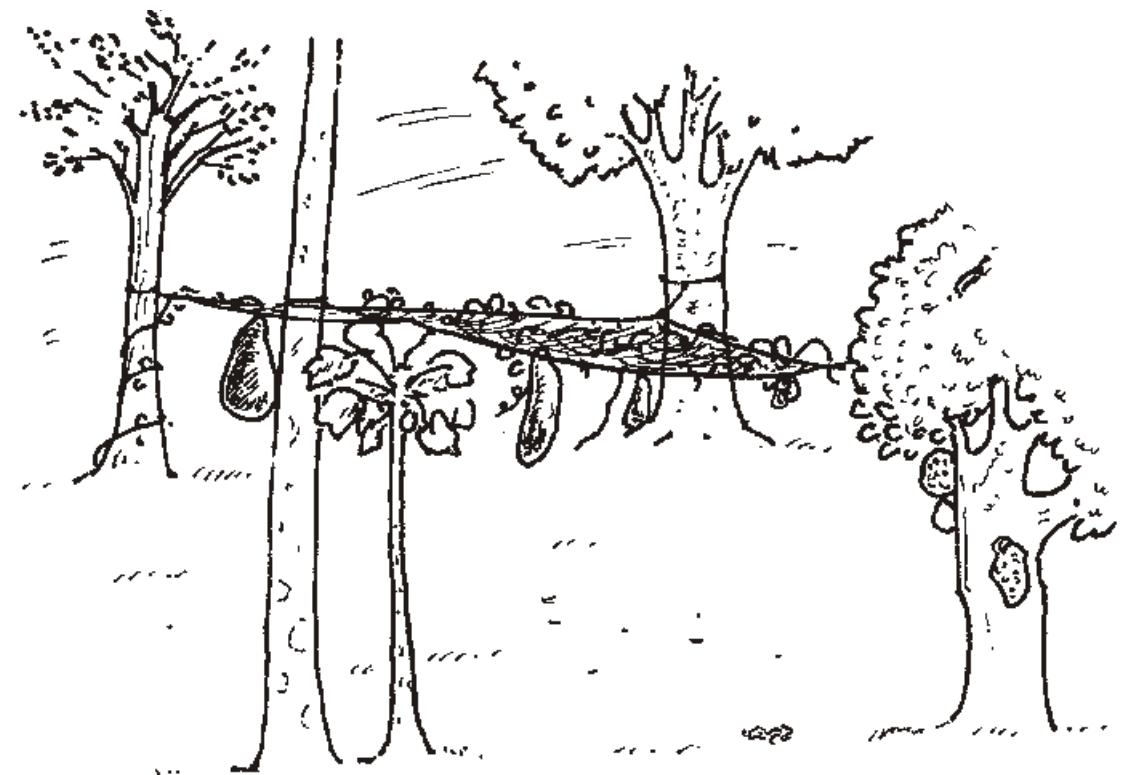
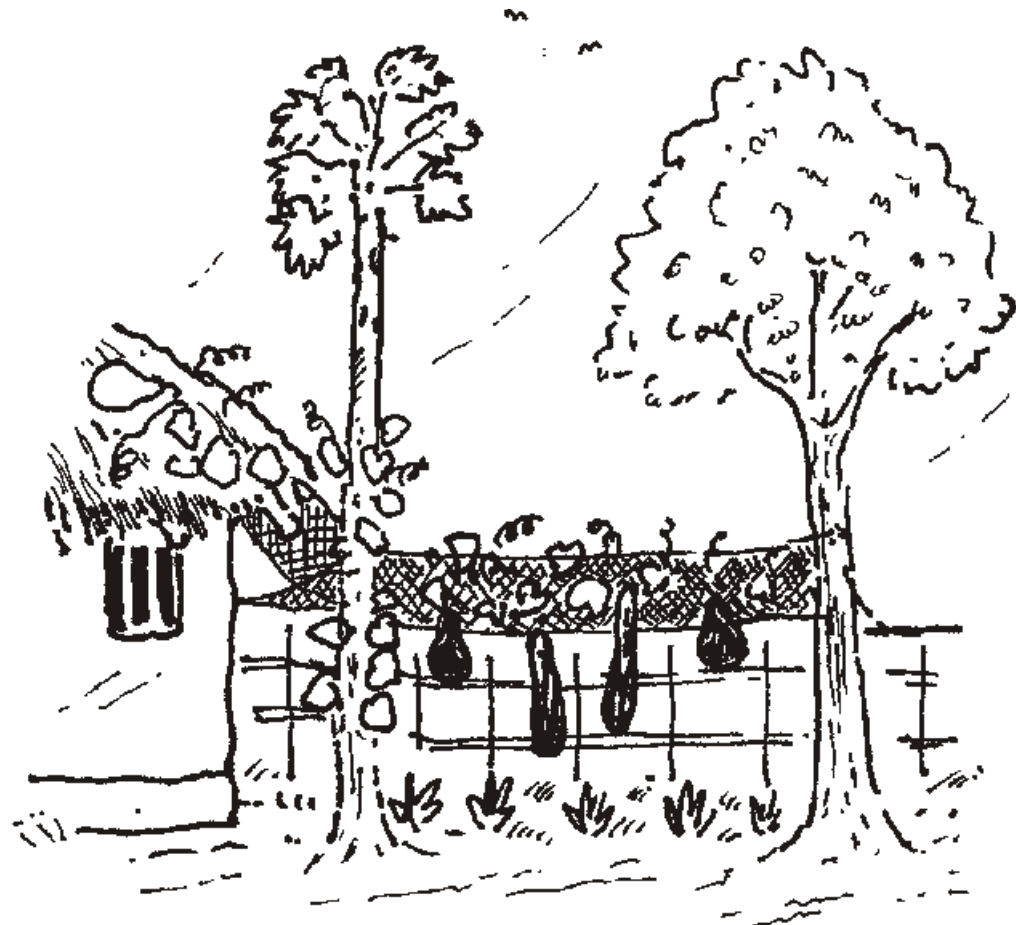
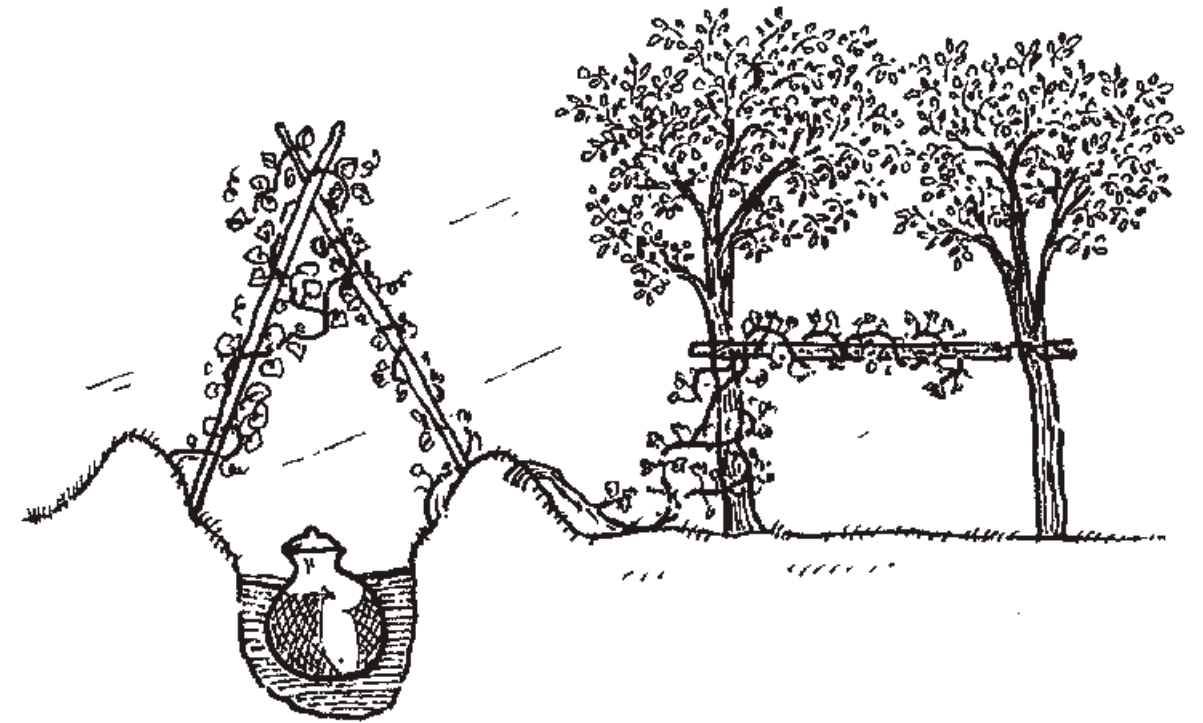
मुख्य सन्देश

- जब पोखरीमा पानीको तह घट्छ, त्यतिखेर
माछा, हाँस आदिको खेरगएको पदार्थले पोखरीको
डिलमा बनाएको चिस्यान तथा मलिलोपना
बाली विरुवा लगाउनका लागि उपयुक्त हुन्छ ।
- पोखरी माथि कुनैसंरचना तयार गरि खेती
गरेमा त्यसले माटोको मलिलोपना पुनः उपयोग
गराउँदछ ।

बिचार गर्नुहोस्

तपाईंको पोखरीमा अन्य केके गर्नसकिन्छ ?

किछु बहुरीय परिकल्पना । बहुतल खेती के कुछ नमूने । केही तले खेती ढाँचा



पद्धति

कोन माठे गिसे २-३ घण्टा धरे आलोचना ।

मूलविषय

- गाछ आमामे उपादन ब्यवहार अन्यतम गुरुत्वपूर्ण विषय ।
- बहुरीय ब्यवहार आमामे चासे जायगार परिपूर्ण ब्यवहार ओ पुष्टि उपादाने चक्राकार आबर्तने साहाय्य करे ।

आलोचना सूत्र

आपनार जमिरबवाडि कोथाय कि खालि जायगा पडे आछे ? सेटा कि ब्यवहार करा याय ?

प्रक्रिया

तैयार प्रदर्शन मॉडल वाले खेत में किसानों से चर्चा

समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

- पेड़ आपके उत्पादन तंत्र में सबसे महत्वपूर्ण घटक हो सकते हैं ।
- बहुतल संरचनाओं से आप खेती के लिये अतिरिक्त जगह बना सकते हैं और पोषक तत्वों को बेहतर उपयोग कर पाते हैं ।

चर्चा के बिन्दु

क्या आपके पास बिना किसी उपयोग के खाली जगह है?क्या आप उसका उपयोग कर सकते हैं?

विधि

तलेखेती गरिएको स्थानमा नैछलफल गर्ने, २ घण्टा

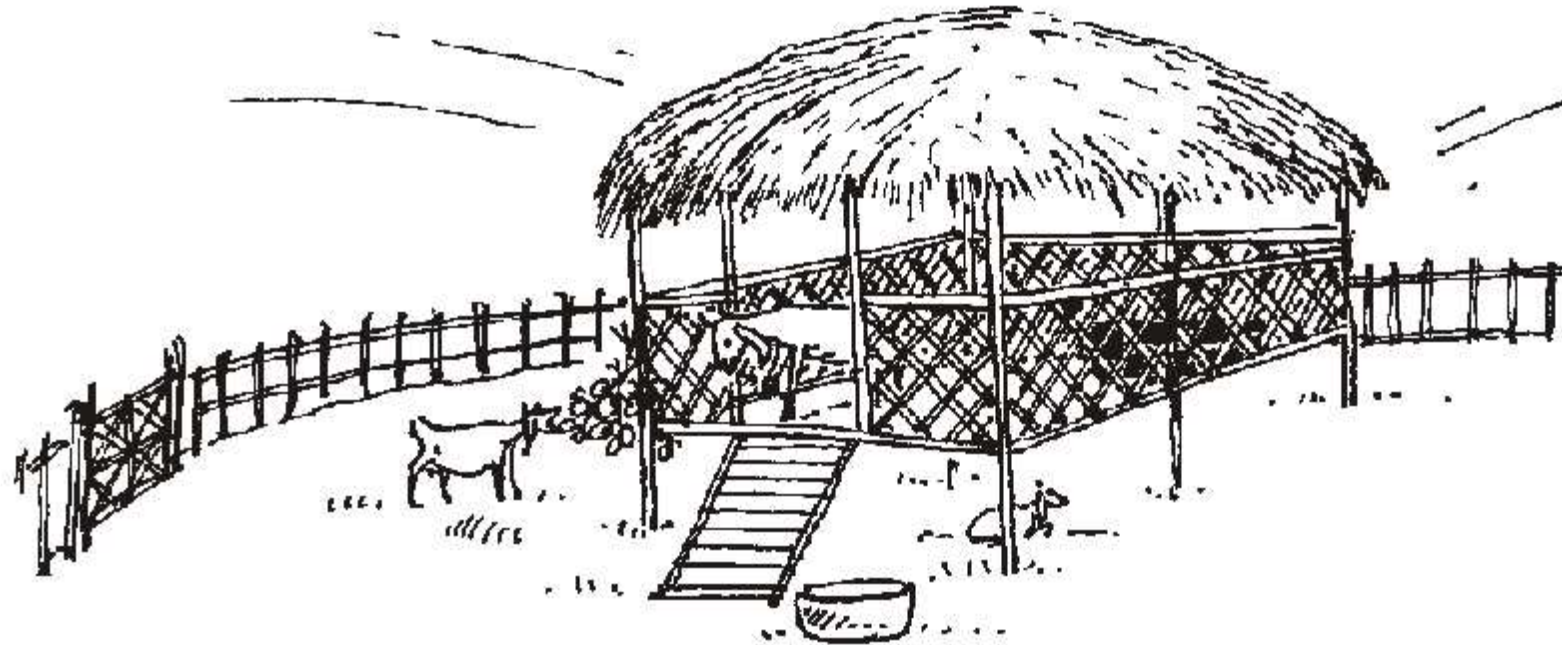
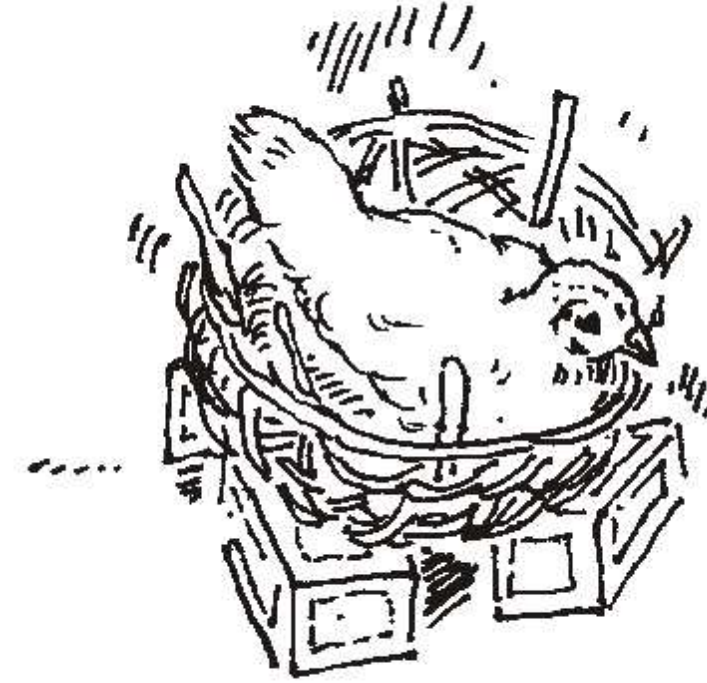
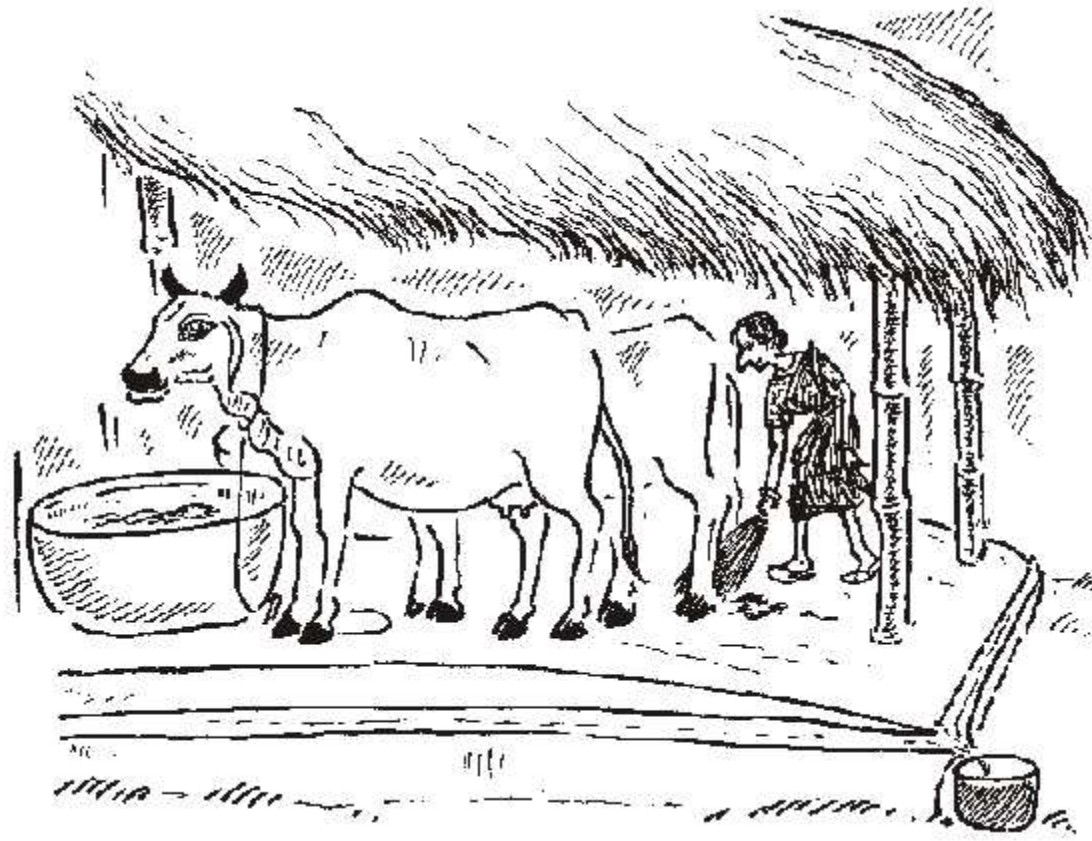
मुख्य सन्देश

- रुख तपाईंको उत्पादन प्रणालीको महत्वपूर्णतत्व हुन सकछ ।
- तलेखेती ढाँचाले तपाईंको खेती हुने क्षेत्र बृद्धि हुनुका साथैमाटोको मलिलोपनाको सही उपयोग हुन्छ ।

छलफलको बुँदा

तपाईंको कुनैखेरगइरहेको जमिन छ ? के यसको उपयोग गर्न सकिन्छ ?

পশুপাখির বাসস্থান । মবেশী ধর । पशु गोठ



पद्धति

कोन गोयालघर वा खाँचार काछे नुये २-७ घण्टा धरे दलगत आलोचना ।

मूलविषय

- मेबे समान, शुक्रनो ओ टालु हते हवे । मलमूत्र प्रतिनियत परिष्कार करे चाषेर काजे ब्यवहार करा उचित ।
- बासहान नियमित परिष्कार ओ जीवाणुमुक्त राखा दरकार । चुन वा हलुद जल दिये धोया एवं निम / करञ्ज / ईडक्यालिपटास पातार धोया देओया दरकार ।

आलोचनार सूत्र

- आमरा आमामे पशुपाथिके यथेष्ट देखभाल करि ? गुरुत्व दिई ?
- आमरा कि तामे जन्य खाबार निजेरा उतपादन करि ? कि करे बाईरे थेके पशुखाद्य केना कमामे याय ?

प्रक्रिया

तैयार प्रदर्शन मॉडल वाले खेत में किसानों के साथ चर्चा समय 2 घंटे

मुख्य संदेश

- मवेशी घर की जमीन सूखी, समतल और हल्के ढाल वाली होनी चाहिये । गोबर तथा गोमूत्र को नियमित रूप से खेती में उपयोग के लिये जमा करें ।
- मवेशीघर को चूना पानी अथवा हल्दी पानी का पतला घोल छिड़क कर साफ और कीटाणुरहित करे । नीम, करंज अथवा यूकलिप्टस के पत्तों की धुमन दें ।

चर्चा के बिन्दु

- क्या हम अपने मवेशियों पर पूरा ध्यान दे पाते हैं ।
- क्या हम उनके लिये चारा उगाते हैं? हम बाहर से चारा खरीद को कैसे कम कर सकते हैं?

विधि

व्यवस्थित गोठ भएको स्थानमा बसी छलफल गर्ने, २ घण्टा












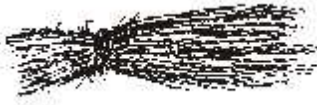






मुख्य सन्देश

- भूईं सुख्खा, पिसाब बग्ने खालको र समतल हुनु पर्दछ । खेतीपातीको लागि सधैं नियमित रुपमा पिसाब तथा गोबरसंकलन गर्नुपर्दछ ।
- गोठ सफा हुनु पर्दछ । अमिलो वा बेसारपानीको फोहोराले गोठ निर्मलीकरण गर्नुपर्दछ साथै निम, करञ्ज, मसलाको पात आदिले धुँवाउनु पर्दछ ।

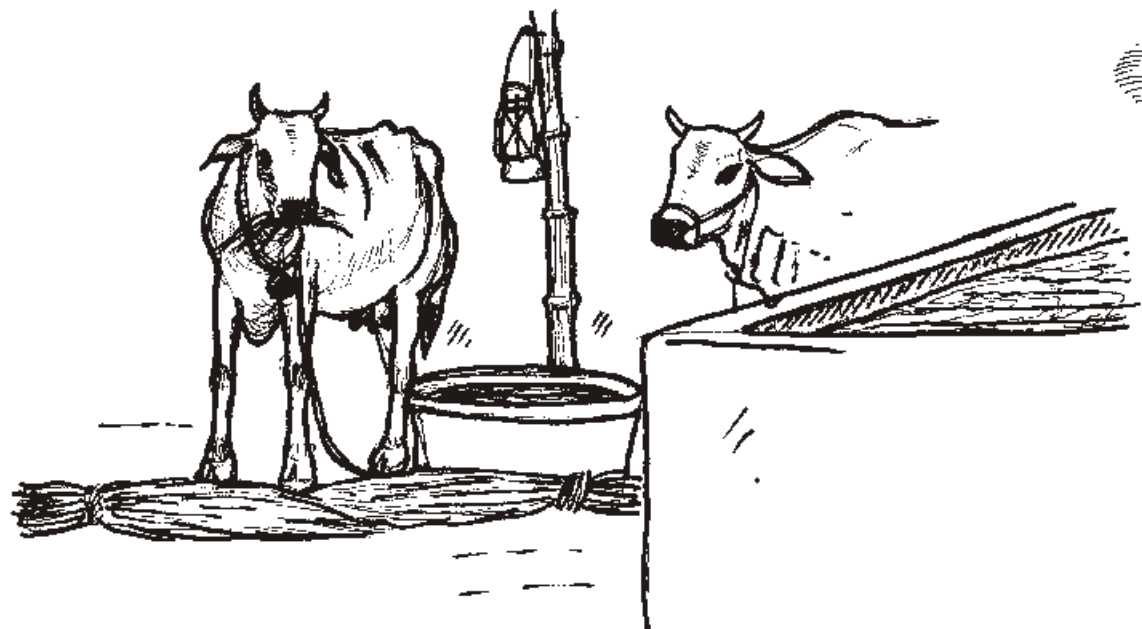
छलफलको बुँदाहरु

- के हामीले पशुपालनमा पर्याप्त ध्यान दिएका छौं?
- के हामीले तीनीहरुको लागि डाले घाँस वा भूईं घाँस लगाएका छौं? कसरी हामी घाँस बाहिरबाट किन्ने प्रवृत्ति रोक्न सक्छौं?

पशुखाद्य ओ जल | चारा ओर पानी | घाँस तथा पानी व्यवस्थापन

	जन पानी पानी	सबुज हरा हरियो	शुक्रनो सूखा सुख्खा	खाद्य मिश्रण सान्द्र चारा दाना
			शरीरर ओजन मवेशी के वजन शरीरको तौल  6 %	
		 ५ केजि 5 किलो ५ कि.ग्रा	शरीरर ओजन मवेशी के वजन शरीरको तौल  4 %	
			शरीरर ओजन मवेशी के वजन शरीरको तौल  5-8 %	 १.५ केजि 1.5 किलो १.५ कि.ग्रा.
			शरीरर ओजन मवेशी के वजन शरीरको तौल  5-8 %	 १.५ केजि + १ केजि / २.२५ केजि दूध 1.5 किलो + 1 किलो / 2.25 किलो दूध १.५ कि.ग्रा. + १ कि. ग्रा. / २.२५ ली. दूध

+ २ लिटर / १ किलो दूध
+ 2 लीटर / 1 किलो दूध
+ २ ली. / १ ली. दूध



खाद्य मिश्रण किभावे बानाबेन ?

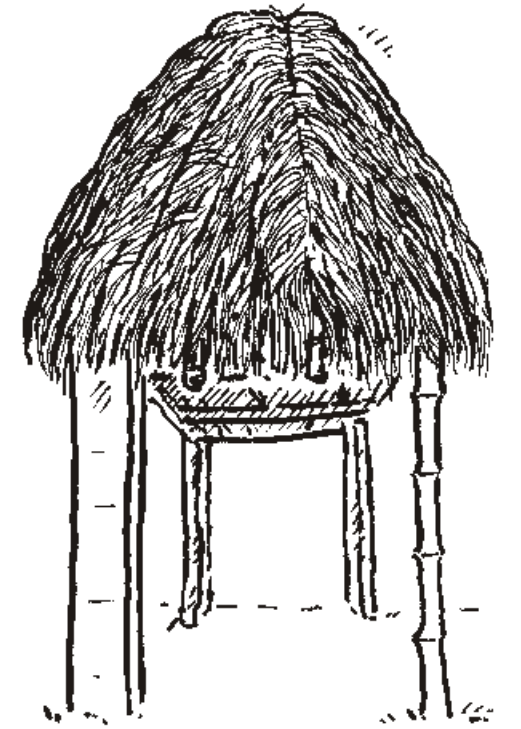
चाल / गम / जेयार / कोदो इत्यादि 80 %
भूसि ७२%, खोल २५% , नून / खनिज / डिमेर खोसा ७%

सान्द्र चारा कैसे तैयार करें?

चावल / गेहूँ / शोरघुम / मिलेट 40 %
भूसी - 32%, खल्ली - 25%,
लवण / खनिज तथा अंडे के छिलके 3%
मिला कर चारा तैयार कर लें।

पशुका लागि दाना कसरी बनाउने ?

धान, गहुँ, जुनेलो, कोदो ४०%, ढुँटो ३२%, पिना
२५%, नून / खनिज / अण्डाको बोक्रा ३%



পদ্ধতি

আলোচনা ও পশুখাদ্য বানানো। সময় ২ ঘণ্টা।

মূলবিষয়

- বিশেষত গ্রীষ্মকালে পশুপাখি চরার ও যাওয়া আসার বাড়ায় জলের জায়গা রাখা উচিত।
- শস্যের যে কোন অংশ গরুকে খাওয়ানো যায়। কিন্তু তাকে শুকনোভাবে সংরক্ষণ করতে হবে।

প্রক্রিয়া

চারার পর চর্চা, চারা তৈয়ারি করা
সময় 2 ঘণ্টা

মুখ্য সংদেশ

- মবেশী কে রাস্তে মেন্ পীনে কা পানী জমা কর রখেন্ খাস কর গরমী কে মৌসম মেন্।
- যদি চাবল, মোটে অনাজ আদি কে সুখে তনে ডংল কো সুখা কর রাখা জায় তো লম্বে সময় তক মবেশিয়োন্ কো চারে কে রূপ মেন্ খিলায়া জা সাকতা হৈ।

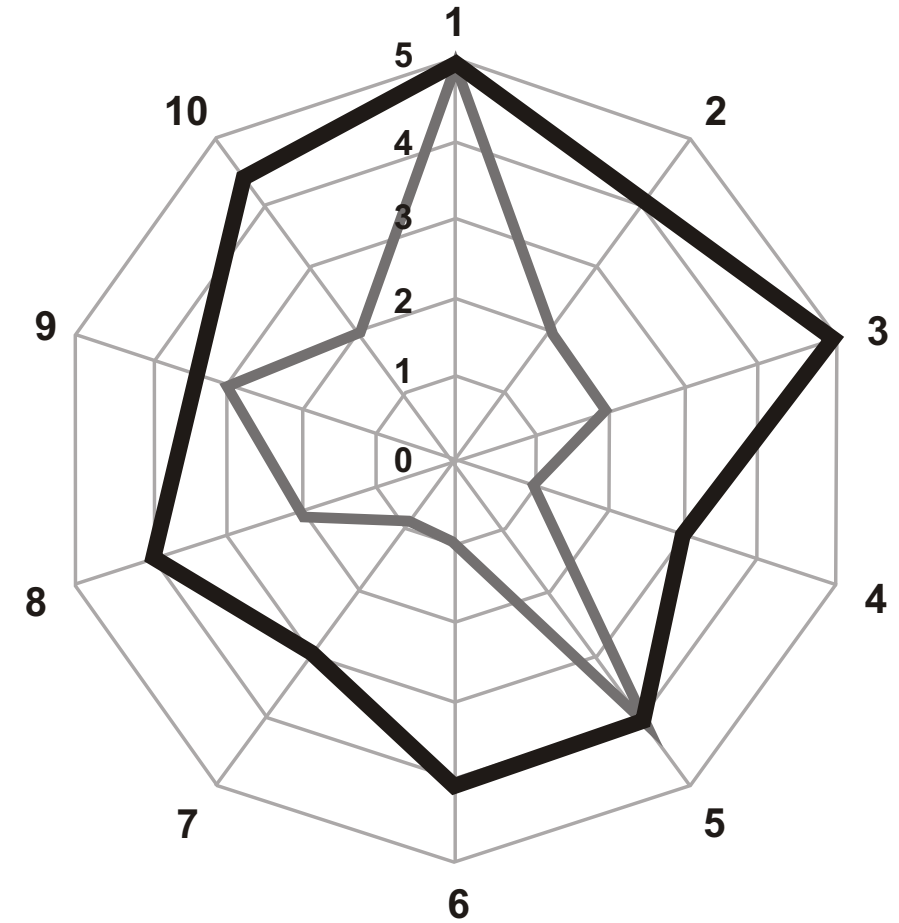
বিধি

ঘাসকো ছলফল বা তয়ারী, দুইঘণ্টা

মুখ্য সন্দেশহরু

- পশুপালনকা লাগি পানী সংকলন গরুপর্দেছ বিশেষগরী গরীমহিনাকো লাগি। ৯৬ মষ্ম লয়ত গলমভচকতবলম বদয়গত তজভু ধবতভচ কতয়চবনভ প্ল তজভ চয়গতভ যীষ্বভকতয়অফু ভবলকরু ধ প্ত ষ্ক যল তজভ চয়গতভ যা নচবশপ্লন
- পশুলাইধানকো পরাল/কোদোকো নল আদি খুবাউন সাকিন্ছ তর যসলাইচিসো নহুনেগরী সুরকিতসাথ রাখনু পর্দেছ।

सहभागी मूल्यायन | सहभागी अनुश्रवण | सहभागितात्मक अनुगमन



१ दल्लेर अवझा २ माटि ओ जल संरक्षण ३ उॄपादनेर उॄस
 ४ उॄपादनेर उॄसेर मधे सम्पर्क ५ फसल बैचित्र ६ कम्पेस्ट बानानो पद्धति
 ७ प्रशिक्षण ८ खाद्य सुरक्षा ९ कृषि उपादानेर उॄस १० आयेर उॄस

1 समूह/सहकारिता गतिविधियो 2 भूमि जल संरक्षण विधियो का उपयोग
 3 उपतंत्रों की संख्या 4 उपतंत्रों के बीच संसाधनों का आदान प्रदान 5 फसल विविधता
 6 बायोडाइजेस्टर की संख्या 7 प्राप्त प्रशिक्षण 8 भोजन में बाहर से कुछ भी निवेश नहीं
 9 खेती में बाहर से कुछ भी निवेश नहीं 10 घरेलू उत्पादन द्वारा बाजार से कमाई

1 समूह/सहकारी क्रियाकलापरुद्द 2 समूहले अपनाऊदैआएको जल तथा जमिन संरक्षणका तरिका
 3 उपप्रणालीहरको संख्या 4 अन्तर उपप्रणाली स्रोत प्रवाह 5 बालीको विविधता
 6 कृषकले स्वयं बनाउन सक्ने मलका स्रोतहरुको संख्या 7 समूहले लिएका तालिमहरु
 8 खाद्यान्नका लागि परनिर्भरताको स्थिती 9 खेतीप्रणालीमा बाह्य सामाग्री प्रयोगको अवस्था
 10 कृषि उत्पादनको बिक्रिबाट हुने आमदानी

पद्धति

कार्डेर् माध्यमे २-७ घण्टाय दलगत आलोचना ।

आलोचना सूत्र

आपनार दल वा आपनि एई १०टि विषये कीरकम अवज्ञाय आछैन ? ५ ए आपनि कत नम्बर देबैन ? अवज्ञा आरो भाल करार जन्य की करते हवे ?

प्रक्रिया

कार्ड का उपयोग कर सहभागी अनुश्रवण समय 2 घंटे

चर्चा के बिन्दु

आप/आपका समूह इन 10 मानकों में कहां पर है? कुल निर्धारित 5 अंकों में से उपयुक्त अंक स्वयं मूल्यांकन कर के दें। स्थिति को बेहतर बनाने के लिये और क्या किया जा सकता है?

विधि

कार्डको माध्यमबाट सहभागितात्मक अनुगमन गर्ने, २ घण्टा

छलफलको विषय

तपाईंवा तपाईंको समूहले यी १० विषयहरूमा के कसरी कार्यगरिरहेको छ? पूर्णाङ्क ५ मानि हरेक विषयको अङ्क दिन सक्नुन्छ? यस अवस्थामा सुधार ल्याउन के गर्नसकिन्छ?

	मरशुम १	मरशुम २
१ दलेर अवज्ञा	५	५
२ माटि ओ जल संरक्षण	२	४
३ उँपादनेर उँस	२	५
४ उँपादनेर उँसेर मध्ये सम्पर्क	१	३
५ फसल बैचित्र	४	४
६ कम्पेसर्ट वानानो पद्धति	१	४
७ प्रशिक्षण	१	३
८ खाद्य सुरक्षा	२	४
९ कृषि उपादानेर उँस	३	३.५
१० आयेर उँस	२	४.५

	सत्र 1	सत्र 2
1 समूह / सहकारिता गतिविधियो ।	5	5
2 भूमि जल संरक्षण विधियों का उपयोग	2	4
3 उपतंत्रों की संख्या	2	5
4 उपतंत्रों के बीच संसाधनों का आदान प्रदान	1	3
5 फसल विविधता	4	4
6 बायोडाइजेस्टर की संख्या	1	4
7 प्राप्त प्रशिक्षण	1	3
8 भोजन में बाहर से कुछ भी निवेश नहीं	2	4
9 खेती में बाहर से कुछ भी निवेश नहीं	3	3.5
10 घरेलू उत्पादन द्वारा बाजार से कमाई	2	4.5

	मौसम 1	मौसम 2
1 समूह/सहकारी क्रियाकलापहरू	5	5
2 समूहले अपनाऊदैआएको जल तथा जमिन संरक्षणका तरिका	2	4
3 उपप्रणालीहरको संख्या	2	5
4 अन्तर उपप्रणाली स्रोत प्रवाह	1	3
5 बालीको विविधता	4	4
6 कृषकले स्वयं बनाउन सक्ने मलका स्रोतहरूको संख्या	1	4
7 समूहले लिएका तालिमहरू	1	3
8 खाद्यान्नका लागि परनिर्भरताको स्थिती	2	4
9 खेतीप्रणालीमा बाह्य सामग्री प्रयोगको अवस्था	3	3.5
10 कृषि उत्पादनको बिक्रिबाट हुने आमदानी	2	4.5